

MENU — 19.90€

DU MIDI

OCTOBRE 2026

Hors week-ends et jours fériés

Une boisson au choix

Pelforth Blonde en pression (33cl)

Ou verre de Coca, Limonade ou Jus d'Orange (25cl)

Ou verre de vin de pichet rouge, rosé ou blanc (12cl)

Ou ½ Vittel, ½ San Pellegrino

Un plat au choix

FLAM Chèvre

Crème fraîche, chèvre, emmental, miel

FLAM Gratinée

Crème fraîche, lardons, oignons, emmental

BROCHETTE de poulet

Frites maison et salade

CAMEMBERT au four

Toasts, frites maison et salade

BAVETTE de boeuf (+ 2.00€)

220 Gr, Frites maison et salade

SALADE Complète

Salade, lardons, tomates, feta, croûtons, poulet grillé, maïs, oeuf dur

PLAT DU MOIS D'OCTOBRE

CHEESE Burger

Steak haché frais 170 Gr, oignons caramélisés, tomate, cheddar, sauce gribiche, pain burger



LES ENTRÉES

A PARTAGER

TAPAS

17.90€

Camembert pané, frites de comté, croquettes mozzarella/lardons, aiguillettes de poulet, sauce gribiche

ASSIETTE DE FROMAGES

13.90€

Comté, chèvre, camembert, reblochon, toasts et beurre

SAUMON fumé

17.90€

Toast, condiments et beurre

JAMBON Serrano

16.90€

Toats, condiments et beurre

DUO fromages et charcuterie

17.90€

Comté, camembert, jambon Serrano, rosette, toasts et beurre

FLAM apéro gratinée

16.90€

Lardons, oignons, emmental

la demie : 9.50€

FLAM apéro poulet

16.90€

Poulet, emmental, oignons, pesto

la demie : 9.50€

FLAM apéro fromage

16.90€

Raclette, reblochon, emmental

la demie : 9.50€



PAUSE FRAICHEUR

Les Salades

LA COMPLETE

18.90€

Salade, tomates, feta, croûtons, lardons, oignons, poulet grillé, maïs, œuf dur

L'ALSACIENNE

18.90€

Salade, tomates, croûtons, lardons, saucisse, oignons grillés, pommes de terre, crème fraîche, œuf dur

Les Tartares de boeuf

TARTARE TRADITIONNEL

21.90€

Echalote, cornichon, câpres, sauce cocktail, frites maison et salade

TARTARE ITALIEN

23.90€

Parmesan Reggiano, tomates séchées, pesto, ciboulette, frites maison, salade

Les Carpaccios de boeuf

CARPACCIO TRADITIONNEL

19.90€

Parmesan Reggiano, pesto, roquette, oignons rouges, câpres, salade et frites maison



LES FLAMMEKUECHES

Traditionnelle

Crème fraîche, lardons, oignons

15.90€

Gratinée

Crème fraîche, lardons, oignons, emmental

16.90€

Chèvre miel

Crème fraîche, emmental, chèvre, miel

17.90€

Végétarienne

Fondue de poivrons, champignons frais, tomates, pommes de terre, crème fraîche, oignons rouges, emmental

17.90€

4 fromages

Crème fraîche, emmental, roquefort, chèvre, raclette

18.90€

Fermière

Crème fraîche, sauce tomate, oignons, fondue de poivrons, emmental, poulet, pommes de terre

18.90€

Complète

Crème fraîche, jambon blanc, champignons frais, emmental

18.90€

Rustique

Crème fraîche, morbier, emmental, lardons, oignons

19.90€

Américaine

Crème fraîche, sauce tomate, steak haché, cheddar, oignons rouges, pommes de terre, emmental

21.90€

Montagnarde

Crème fraîche, raclette, reblochon, jambon Serrano, tomates séchées, pommes de terre

21.90€

Norvégienne

Crème fraîche, emmental, oignons rouges, tomates séchées, câpres, saumon fumé

22.90€



LES VIANDES

Les Grillades*

*Servies uniquement les soirs, le samedi midi et le dimanche midi

GRILLADE de Bœuf Haché 250 Gr, frites maison et salade	18.90€
GRILLADE de Poulet 250 Gr, frites maison et salade	20.90€
GRILLADE 2 Viandes 250 Gr, Rumsteck et poulet, frites maison et salade	22.90€
GRILLADE de Rumsteck 250 Gr, frites maison et salade	24.90€
GRILLADE Gourmande 350 Gr, Rumsteck, poulet et steak haché, frites maison et salade	26.90€
GRILLADE DUO (Pour 2 pers) Rumsteck et poulet, au choix 1/2 reblochon ou camembert entier, frites maison et salade	25.90€ <i>PRIX PAR PERS</i>

Les Pièces du Boucher

STEAK HACHE FRAIS 170 Gr	15.90€
TAGLIATA DE BOEUF 250 Gr Emincé de rumsteck de boeuf, servi sur un lit de roquette, tomates tricolores, tomates séchées, tuiles de parmesan Reggiano, frites maison	25.90€
BAVETTE DE BOEUF 220 Gr	23.90€
COEUR RUMSTECK DE BOEUF 250 Gr	26.90€
ONGLET DE BOEUF 250 Gr	27.90€
FONDUE VIGNERONNE <i>uniquement le soir</i> Au vin rouge (pour 2 personnes) Rumsteck et poulet, frites maison et salade	20.90€ <i>par pers.</i>



Les Burgers

CHEESE BURGER

20.90€

Steak haché frais 170 Gr, oignons caramélisés, tomate, cheddar, sauce gribiche, pain burger

CHICKEN BURGER

19.90€

Filet de poulet 200 Gr, oignons caramélisés, tomate, cheddar, sauce gribiche, pain burger

CHEVRETTE BURGER

20.90€

Steak haché frais 170 Gr, chèvre, miel, tomate, pain burger

L'ALPA BURGER

22.90€

Steak haché frais 170 Gr, oignons caramélisés, fromage à raclette, tomate, galette de pommes de terre

MONTAGNARD BURGER

22.90€

Steak haché frais 170 Gr, oignons caramélisés, reblochon, lard fumé, tomate, galette de pomme de terre

BURGER VÉGÉTARIEN

17.90€

Steak végétarien, oignons caramélisés, cheddar, tomate, sauce gribiche, pain burger

Accompagnements au choix

Frites maison, Légumes, Linguines sauce tomate ou à l'huile d'olive, Pommes de terre grillées au beurre

Sauces maison : Poivre, Crème Champignons, Roquefort, Echalotes



Les Plats à base de Poulet

EMINCES DE POULET

19.90€

Sauce crème champignons

BROCHETTE DE POULET MARINE

19.90€

250 Gr, frites maison et salade

LINGUINES AU POULET

19.90€

Sauce crème champignons

CORDON BLEU REVISITE

22.90€

Poulet, reblochon, lard grillé, sauce crème champignons

TAGLIATA DE POULET

21.90€

Emincé de poulet, servi sur un lit de roquette, tomates tricolores, tomates séchées, tuiles de parmesan Reggiano, frites maison

Les Plats à base de Cochon

ESCALOPE PANÉE

19.90€

ESCALOPE A LA SAVOYARDE

22.90€

Lard grillé, raclette, sauce crème champignons

Poisson

PAVE DE SAUMON FRAIS

23.90€



LES FROMAGES

Les Spécialités*

*Servies uniquement les soirs, le samedi midi et le dimanche midi

RACLETTE* 21.90€
Charcuteries, fromage à raclette, pommes de terre, salade

RACLETTE MIXTE* 23.90€
Charcuteries, fromage morbier, fromage à raclette, pommes de terre, salade

FONDUE SAVOYARDE* 23.90€
Aux 2 fromages (beaufort, emmental)
Charcuteries, pommes de terre, salade

FONDUE FRANC COMTOISE* 23.90€
Au comté, emmental et morbier
Charcuteries, pommes de terre, salade

Les Gratinés

CAMEMBERT AU FOUR 18.90€
Camembert entier, cuit au four, frites maison et salade

TARTIFLETTE 19.90€
Pommes de terre, lardons, crème, reblochon, oignons, salade

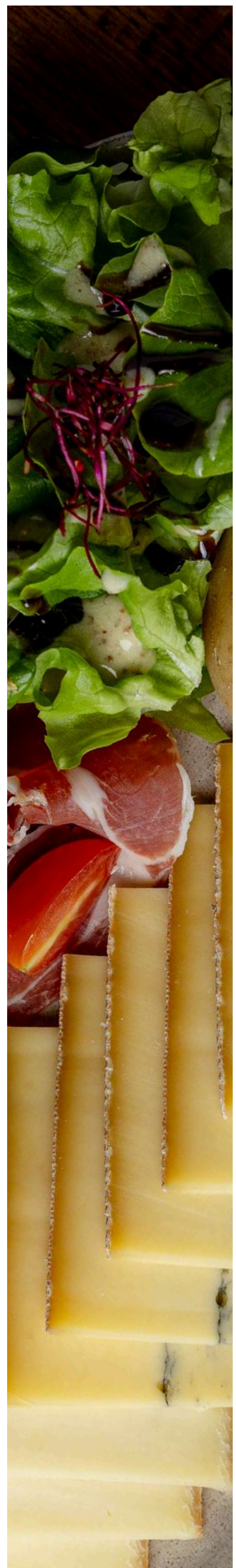
MORBIFLETTE 21.90€
Pommes de terre, lardons, crème, morbier, oignons, salade

CROZIFLETTE 23.90€
Crozets, lardons, crème, reblochon, oignons, salade

CAMEMBERT PANE 23.90€
Charcuteries, pommes de terre, salade

MONT D'OR (Pour 2 pers.) 24.90€
Charcuteries, pommes de terre, salade

PRIX PAR PERSONNE



LE MENU ENFANT* 13.90€

*Jusqu'à 12 ans



Une boisson au choix

1/4 Vittel Sirop

Ou verre : Coca, Limonade ou Jus d'Orange (33cl)

Un Plat au choix

*Servie uniquement les soirs, le samedi midi et le dimanche midi

RACLETTE*

AIGUILLETES DE POULET

MINI FLAM GRATINEE

MINI FLAM POULET

MINI BURGER

Accompagnements au choix

Frites maison, Légumes, Linguines sauce tomate ou
à l'huile d'olive

Un dessert

Mini mousse au chocolat

Ou 1 boule de glace



LES DESSERTS

Les desserts maison

CAFE GOURMAND ou THE GOURMAND Tiramisu, mousse au chocolat, crumble	8.90€
CRUMBLE AUX POMMES	8.50€
TIRAMISU	8.50€
MOUSSE AU CHOCOLAT	8.90€
PROFITEROLES AU CHOCOLAT CHAUD	10.90€
CHEESE CAKE Caramel beurre salé et spéculos	9.90€
MOELLEUX AU CHOCOLAT Crème anglaise, glace vanille	10.90€
MONT BLANC ENTREMETS Meringue, crème de marron, chocolat	10.90€

Les coupes glacées

DAME BLANCHE Glace vanille, meringue, coulis de chocolat, chantilly maison	9.50€
CHOCOLAT LIEGEOIS Glace chocolat, coulis de chocolat, chantilly maison	9.50€
CAFE LIEGEOIS Glace café, café, chantilly maison	9.50€
COLONEL Sorbet citron, vodka	11.90€
COUPE 2 BOULES, CHANTILLY MAISON	6.00€
COUPES 3 BOULES, CHANTILLY MAISON	8.90€

Parfums de glace au choix

Glaces : café, pistache, vanille, chocolat, noix de coco, caramel
beurre salé, menthe chocolat

Sorbet : citron, framboise, fraise



LES BOISSONS

Les eaux

	1/4 L	1/2 L	1 L
VITTEL	3.10€	3.90€	4.90€
SAN PELLEGRINO		4.50€	5.50€

Les softs

COCA-COLA 33cl	4.50€
COCA-COLA ZERO 33cl	4.50€
COCA-COLA CHERRY 33cl	4.50€
VITTEL SIROP 25cl	3.70€
FUZE TEA 25cl	4.50€
DIABOLO 33cl	4.50€
PERRIER 33cl	4.50€
SCHWEPES TONIC, AGRUMES 25cl	4.50€
JUS DE FRUITS 25cl	4.50€
Tomate, orange, abricot, pomme, ananas, fraise	
SPRITE, FANTA ORANGE 25cl	4.50€
ORANGINA 25cl	4.50€
RED BULL 25cl	5.90€
SUPPLEMENT SIROP 2cl	0.60€
Fraise, grenadine, cerise, citron, pêche, menthe, caramel, violette, coco, kiwi, orgeat, pamplemousse, melon	

Les boissons chaudes

EXPRESSO	2.80€
RISTRETTO	2.80€
DECAFEINE	2.80€
CAFE CREME	3.10€
CAFE ALLONGE	3.10€
CHOCOLAT	3.90€
DOUBLE EXPRESSO	4.50€
CAPPUCCINO	4.90€
Crème ou chantilly	
IRISH COFFEE	9.90€
THE, INFUSION	3.90€



Les bières pression	33 cl	50 cl
PELFORTH BLONDE 5,5°	6.50€	8.50€
AFFLIGEM BLONDE 6,7°	7.50€	9.90€
HAPKIN 8,5°	7.50€	9.90€
LAGUNITAS IPA 6,2°	7.50€	9.90€
MORT SUBITE WITTE 5,5°	7.50€	9.90€
MORT SUBITE KRIEK 4,5°	7.50€	9.90€
BIERE DU MOMENT	7.50€	9.90€
PICON BIERE	6.90€	9.90€
PANACHE	5.90€	8.50€
MONACO	5.90€	8.50€

Les bières bouteille

PELFORTH BRUNE 33cl 5,8°	6.90€
MONT BLANC Rousse ambrée 33cl 6,5°	6.90€
MONT BLANC Verte au Génépi 33cl 5,5°	6.90€
MONT BLANC Bleue fruitée 33cl 5,8°	6.90€
HAZY RIDER de Happy road 33cl 6,4°	6.90€
CORONA 33cl 5,9°	5.90€
CORONA Zéro alcool 33cl	5.90€

Les apéritifs

KIR vin blanc 12 cl	4.50€
PORTO BLANC 4cl	4.90€
PORTO ROUGE 4cl	4.90€
SUZE 4cl	4.90€
RICARD 2cl	4.90€
PASTIS 51 2cl	4.90€
MAURESQUE, PERROQUET, TOMATE 2cl	4.90€
CAMPARI 4cl	4.90€
MARTINI, Rouge ou blanc 4cl	4.90€
CHAMPAGNE 12cl	13.00€
KIR ROYAL 12 cl	13.00€



Les alcools

	4 cl	70 cl (Btlle)
WYBOROWA	8.90€	75.00€
VODKA BELVEDERE		100.00€
GIN	8.90€	80.00€
TEQUILA	8.90€	80.00€
MALIBU	8.90€	80.00€
RHUM BACARDI	8.90€	80.00€
HAVANA CLUB 3 Ans	8.90€	90.00€
HAVANA CLUB 7 Ans	9.90€	110.00€
JACK DANIEL'S	9.50€	90.00€
CHIVAS 12 Ans	9.90€	110.00€
ABERLOUR 10 Ans	10.50€	130.00€

Les digestifs

	4 cl	70 cl (Btlle)
AMARETTO	5.90€	70.00€
LIMONCELLO	5.90€	70.00€
GENEPI	6.90€	70.00€
GET 27	7.90€	80.00€
BAILEY'S	7.90€	80.00€
COINTREAU	7.90€	80.00€
COGNAC	9.90€	90.00€
CALVADOS	9.90€	90.00€
ARMAGNAC	9.90€	90.00€
FRAMBOISE, MIRABELLE, POIRE	9.90€	90.00€
MARC DE GEWÜRZTRAMINER	9.90€	90.00€
DON PAPA	9.90€	90.00€
DIPLOMATICO	9.90€	90.00€
KRAKEN	9.90€	90.00€
CHARTREUSE Verte	12.90€	



Les cocktails avec alcool

L'ALPA SIGNATURE Gin, martini rosso, génépi, fumé aux copeaux de bois	12.90€
APEROL SPRITZ Apérol 6cl, prosecco, Perrier	9.50€
MOJITO Havana 3 Ans 6cl, sucre de canne, jus de citron, citron vert, menthe fraîche, Perrier, Angustura	10.90€
MOJITO RED BULL Havana 3 Ans 6cl, sucre de canne, jus de citron, citron vert, menthe fraîche, Red Bull	12.00€
CUBA LIBRE Havana 7 ans 6cl, citron vert, Coca-Cola	9.90€
PINA COLADA Rhum blanc 6cl, jus d'ananas, crème de coco	9.90€
EXPRESSO MARTINI Vodka, café, liqueur de café, sucre de canne, poudre de cacao	10.90€
AMERICANO Campari 3cl, martini rouge 3cl, soda	9.90€
GIN FIZZ Gin, jus de citron, sucre de canne, soda	9.90€
MOSCOW MULE Vodka, citron vert, ginger beer	10.90€
SEX ON THE BEACH Vodka, jus d'ananas, jus de canberry, sirop de melon	9.90€
CAÏPIRINA Cachaça, jus de citron vert, sucre de canne	9.90€
HUGO Liqueur de fleur de sureau, prosecco, menthe	10.90€

Les cocktails sans alcool

ZENITH Jus d'orange, jus de pamplemousse, sirop de fraise	8.90€
BOREAL Jus de banane, jus d'ananas, sirop de kiwi	8.90€
SUNSET Jus d'abricot, jus d'orange, sirop de cerise	8.90€
VIRGIN MOJITO Sucre de canne, citron vert, menthe fraîche, perrier	8.90€
VIRGIN PINA COLADA Jus d'ananas, crème de coco	8.90€



VINS ROUGES

Bordeaux	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
MOUTON CADET "Cuvée Héritage"	6.90€	34.00€
LALANDE DE POMEROL Château des Baraillots	6.90€	39.00€
SAINT ESTEPHE Château German Marbuzet		65.00€
PAUILLAC Château Plantey		79.00€
MARGAUX Jacques Boyd		89.00€

Vallée du Rhône	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
COTE DU RHONE Domaine des Violettes	5.90€	34.00€
CROZES HERMITAGE Domaine Chapoutier	8.90€	49.00€
SAINT JOSEPH Maison les Alexandrins		69.00€
CHATEAUNEUF DU PAPE Les Sinards - Famille Perrin		99.00€
COTE-ROTIE Madinière - Yves Cuilleron		149.00€

Bourgogne	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
HAUTES COTES DE NUITS Les «Roncières» BIO - J.M.Aujoux	8.90€	49.00€
HAUTE COTES DE BEAUNE Belena	8.90€	49.00€
GIVRY Céline et Romain Poullet		59.00€
MERCUREY Louis Jadot		59.00€
SAVIGNY-LES-BEAUNE «Serrignyssime» - Domaine Serrigny		79.00€
MARANGES 1er CRU «La Fussière» - Maison Chanzy		99.00€

Alsace	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
PINOT NOIR Cave de Ribeauvillé	6.90€	35.00€



VINS BLANCS

Alsace • Cave de Ribeauvillé

RIESLING		75cl (Btlle)
		29.00€
PINOT GRIS	5.90€	35.00€
GEWURTZTRAMINER		35.00€

Bourgogne

PETIT CHABLIS	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
Domaine des Chaumes	7.90€	45.00€
SAINT VERAN	7.90€	45.00€
Terre Secrètes - Les Préludes		
POUILLY-FUISSE		59.00€
Jacques Dépaigneux		
MEURSAULT		149.00€
Domaine Serrigny		

Savoie

APREMONT	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
Domaine des Aphllantes	6.90€	39.00€

Sud

COTES DE GASCOGNE	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
Villa Chambre D’amour - Lionel Osmin	6.90€	39.00€

VINS ROSES

Sud

MOUTON CADET	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
“Cuvée Mathilde”	5.50€	26.00€
COTES DE PROVENCE “R” DE ROUBINE	6.90€	35.00€
Château Roubine		
LA VIE EN ROSE		39.00€
Château Roubine		



CHAMPAGNES

MAISON FLORENT VIARD	Coupe 12 cl	75cl (Btlle)
“Cuvée blanc de blanc”	13.00€	70.00€
RUINART		180.00€
Blanc de Blanc		



DEGRES D'ALCOOL DE NOS BIERES

MORT SUBITE KRIEK	4.5 DEGRÉS
HAPKIN	8.3 DEGRÉS
MORT SUBITE WITTE	5.5 DEGRÉS
PELFORTH Bonde	5.5 DEGRÉS
LAGUNITAS IPA	6.2 DEGRÉS
AFFLIGEM Blonde	6.7 DEGRÉS
PELFORTH Brune	6.5 DEGRÉS
MONT BLANC Ambrée	6.5 DEGRÉS
MONT BLANC Au Génépi	5.9 DEGRÉS
MONT BLANC Fruitée	5.8 DEGRÉS
HAZY RIDER de Hoppy road	6.4 DEGRÉS

PROVENANCE DE NOS VIANDES

BAVETTE	IRLANDE
RUMSTEAK Grillade	LUXEMBOURG
ONGLET DE BOEUF	FRANCE
STEAK HACHE	LUXEMBOURG
STEAK TARTARE & CARPACCIO	FRANCE
ESCALOPE DE COCHON	BELGIQUE
POULET	POLOGNE
COEUR RUMSTECK DE BOEUF	ARGENTINE
MIEL	UNION EUROPEENNE

