

MENU — 19.90€

DU MIDI

Hors week-ends et jours fériés

Une boisson au choix

Pelforth Blonde en pression (33cl)

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

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



LES ENTRÉES

A PARTAGER

BURRATA

16.90€

Burrata, roquette, tomates, parmesan, pesto

TAPAS

16.90€

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

ASSIETTE DE FROMAGES

12.90€

Comté, chèvre, camembert, reblochon, toasts et beurre

SAUMON fumé

16.90€

Toast, condiments et beurre

JAMBON Serrano

16.90€

Toats, condiments et beurre

DUO fromages et charcuterie

16.90€

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

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

18.90€

LA CHEVRETTE

Salade, briques de chèvre, feta, tomates séchées, jambon Serrano, pesto

18.90€

L'ALSACIENNE

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

18.90€



Les Tartares de boeuf

TARTARE TRADITIONNEL

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

21.90€

TARTARE ITALIEN

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

23.90€

Les Carpaccios de boeuf

CARPACCIO TRADITIONNEL

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

19.90€

CARPACCIO BURRATA

Parmesan Reggiano, pesto, roquette, salade et frites maison

23.90€



LES FLAMMEKUECHES

Traditionnelle	15.90€
Crème fraîche, lardons, oignons	
Gratinée	16.90€
Crème fraîche, lardons, oignons, emmental	
Chèvre miel	17.90€
Crème fraîche, emmental, chèvre, miel	
Végétarienne	17.90€
Fondue de poivrons, champignons frais, œufs au plat, tomates, pommes de terre, crème fraîche, oignons rouges, emmental	
4 fromages	18.90€
Crème fraîche, emmental, roquefort, chèvre, raclette, pommes de terre	
Fermière	18.90€
Crème fraîche, sauce tomate, oignons, fondue de poivrons, emmental, oeuf, poulet, pommes de terre	
Complète	18.90€
Crème fraîche, jambon blanc, champignons frais, emmental, œuf	
Burrata	20.90€
Crème fraîche, sauce tomate, burrata, tomates, roquette, parmesan Reggiano	
Américaine	21.90€
Crème fraîche, sauce tomate, steak haché, cheddar, oignons rouges, œuf, pommes de terre, emmental	
Di Parma	21.90€
Crème fraîche, tomates, burrata, parmesan Reggiano, jambon Serrano, tomates séchées, pommes de terre	
Montagnarde	21.90€
Crème fraîche, raclette, reblochon, jambon Serrano, tomates séchées, pommes de terre	
Norvégienne	22.90€
Crème fraîche, emmental, oignons rouges, tomates séchées, câpres, saumon fumé	



LES VIANDES

Les Grillades*

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

GRILLADE de Bœuf Haché 18.90€
250 Gr, frites maison et salade

GRILLADE de Poulet 20.90€
250 Gr, frites maison et salade

GRILLADE 2 Viandes 22.90€
250 Gr, Rumsteck et poulet, frites maison et salade

GRILLADE de Rumsteck 24.90€
250 Gr, frites maison et salade

GRILLADE Gourmande 25.90€
350 Gr, Rumsteck, poulet et steak haché, frites maison et salade

GRILLADE DUO (Pour 2 pers) 25.90€
Rumsteck et poulet, au choix 1/2 reblochon
ou camembert entier, frites maison et salade

PRIX PAR PERS



Les Pièces du Boucher

STEAK HACHE FRAIS 170 Gr 15.90€

TAGLIATA DE BOEUF 250 Gr 25.90€

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

BAVETTE DE BOEUF 220 Gr 22.90€

ONGLET DE BOEUF 250 Gr 24.90€

POIRE DE BOEUF 250 Gr 25.90€

ENTRECOTE 250 Gr 29.90€

FONDUE VIGNERONNE uniquement le soir
Au vin rouge (pour 2 personnes) 20.90€

par pers.

Rumsteck et poulet, frites maison et salade



Les Burgers

CHEESE BURGER

18.90€

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

19.90€

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

L'ALPA BURGER

20.90€

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

MONTAGNARD BURGER

21.90€

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

BURGER VEGETARIEN

17.90€

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

Accompagnements au choix

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

Sauces maison : Poivre, Crème Champignon, 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 PANEE 19.90€

ESCALOPE A LA SAVOYARDE 22.90€

Lard grillé, raclette, sauce crème champignons

DIOTS SAVOYARDS 18.90€

Rosace de pomme de terre et salade

Poisson

DOS DE LIEU NOIR 21.90€

Sauce beurre blanc à la sauge, frites maison, salade



LES FROMAGES

Les Spécialités*

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

RACLETTE*

Charcuteries, fromage à raclette, pommes de terre, salade

21.90€

RACLETTE MIXTE*

Charcuteries, fromage morbier, fromage à raclette, pommes de terre, salade

23.90€

FONDUE SAVOYARDE*

Aux 2 fromages (beaufort, emmental)

Charcuteries, pommes de terre, salade

23.90€

FONDUE FRANC COMTOISE*

Au comté, emmental et morbier

Charcuteries, pommes de terre, salade

23.90€



Les Gratinés

CAMEMBERT AU FOUR

Camembert entier, cuit au four, frites maison et salade

18.90€

TARTIFLETTE

Pommes de terre, lardons, crème, reblochon, oignons, salade

19.90€

MORBIFLETTE

Pommes de terre, lardons, crème, morbier, oignons, salade

21.90€

CROZIFLETTE

Crozets, lardons, crème, reblochon, oignons, salade

23.90€

CAMEMBERT ou MUNSTER PANE

Charcuteries, pommes de terre, salade

23.90€

MONT D'OR (Pour 2 pers.)

Charcuteries, pommes de terre, salade

24.90€

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*

AIGUILETTES DE POULET

MINI FLAM GRATINEE

MINI FLAM POULET

MINI BURGER

Accompagnements au choix

Frites maison, Purée de potimarron, Linguines
sauce tomate ou à l'huile d'olive

Un dessert

Mini moelleux au Nutella

Ou 1 boule de glace



LES DESSERTS

Les desserts maison

CAFE GOURMAND ou THE GOURMAND	8.50€
Tiramisu, moelleux au Nutella, crumble	
CRUMBLE AUX FRUITS	8.50€
Sorbet poire	
TIRAMISU	8.50€
CREME BRULEE	8.90€
Sorbet framboise	
PROFITEROLES AU CHOCOLAT CHAUD	10.90€
CHEESE CAKE	9.90€
Caramel beurre salé et spéculos	
MOELLEUX AU CHOCOLAT	10.90€
Crème anglaise, glace vanille	
MONT BLANC ENTREMETS	10.90€
Meringue, crème de marron, chocolat	



Les coupes glacées

DAME BLANCHE	9.50€
Glace vanille, meringue, coulis de chocolat, chantilly maison	
CHOCOLAT LIEGEOS	9.50€
Glace chocolat, coulis de chocolat, chantilly maison	
CAFE LIEGEOS	9.50€
Glace café, café, chantilly maison	
COLONEL	11.90€
Sorbet citron, vodka	
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, poire



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€
SCHWEPPES 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€
TIMUT de Clémery blonde 33cl	4,0°	6.90€
DESPERADOS 33cl	5,9°	5.90€
1664 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	12.00€
KIR ROYAL 12 cl	13.00€



Les alcools

	4 cl	70 cl (Btllle)
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 (Btllle)
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€
DIPLOMATIC	9.90€	90.00€
KRAKEN	9.90€	90.00€



Les cocktails avec alcool

L'ALPA SIGNATURE

Gin, martini rosso, génépi, fumé aux copeaux de bois

12.90€



APEROL SPRITZ

Apérol 6cl, prosecco, Perrier

8.90€

MOJITO

Havana 3 Ans 6cl, sucre de canne, jus de citron, citron vert, menthe fraîche, Perrier, Angustura

9.90€

MOJITO RED BULL

Havana 3 Ans 6cl, sucre de canne, jus de citron, citron vert, menthe fraîche, Red Bull

11.00€

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

9.90€

BLUE LAGOON

Vodka, curaçao bleu, sucre de canne, soda

9.90€

GIN FIZZ

Gin, jus de citron, sucre de canne, soda

9.90€

MOSCOW MULE

Vodka, citron vert, ginger beer

9.90€

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 (Btllle)
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 (Btllle)
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-ROTI Madinière - Yves Cuilleron		149.00€

Bourgogne

	Verre 12 cl	75cl (Btllle)
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 Poulet		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 (Btllle)
PINOT NOIR Cave de Ribeauvillé	6.90€	35.00€



VINS BLANCS

Alsace • Cave de Ribeauvillé

	Verre 12 cl	50cl (Btlle)	75cl (Btlle)
RIESLING			29.00€
PINOT GRIS	5.90€		35.00€
GEWURTZTRAMINER			35.00€
PINOT GRIS Vendanges tardives		50.00€	

Bourgogne

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

Sud

	Verre 12 cl	75cl (Btlle)
COTES DE GASCOGNE Villa Chambre D'amour - Lionel Osmin	6.90€	39.00€
COTES DE GASCOGNE Uby N°3	5.90€	35.00€

VINS ROSES

Sud

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

CHAMPAGNES

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



DEGRES D'ALCOOL DE NOS BIERES

MORT SUBITE KRIEK	4.5 DEGRÉS
HAPKIN	8.5 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
TIMUT de Clémery blonde	4.0 DEGRÉS



PROVENANCE DE NOS VIANDES

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

