

MENUS

NOVEMBRE 2024
À FÉVRIER 2025

Période 2



Restaurant d'application

CAP - BAC PRO - BAC STHR - MAN - BTS
& Certificat de spécialisation



Lycée François RABELAIS
1, rue Elsa Triolet
14123 IFS

Réservations
de 10h20 à 12h30
02 31 46 52 56

Paiements
carte bancaire
chèque
espèces



HÔTEL D'APPLICATION

6 CHAMBRES ENTIÈREMENT ÉQUIPÉES
DISPOSANT CHACUNE
D'UNE SALLE DE BAIN PRIVATIVE

OUVERT DU MARDI SOIR AU VENDREDI MATIN
EN PÉRIODE SCOLAIRE (ZONE B)

PRESTATIONS

CHAMBRE _____	1*/2**	35 €
SUITE _____	3 ***	50 €
PETIT DÉJEUNER _____		COMPRIS
TAXE DE SÉJOUR _____		1,75 €/PERS.



POUR RÉSERVER UNE CHAMBRE

Se rendre sur le site du lycée puis cliquer sur
le lien de notre système de réservation
en ligne "Novaresa".

Une empreinte de votre CB, sans prélèvement,
vous sera demandée pour confirmer
votre réservation.



Lien WEB

<https://www.novaresa.net/de/france/ifs/2283-hotel-rabelais.html>

ÉVÉNEMENTS À VENIR

LIMITED
EDITION



RÉSERVEZ SUR
 novaresa



Madame, Monsieur,

L'ensemble du personnel et les élèves du lycée François Rabelais d'Ifs sont heureux de vous adresser les menus à venir.

Nous vous invitons à venir découvrir ou redécouvrir les prestations du **restaurant d'application** :

POUR LE MIDI

OUVERTURE DU LUNDI AU VENDREDI

- arrivée entre **12h15** et **12h30**
- > Fin de service 14h15

POUR VOS SOIRÉES

OUVERTURE LE MARDI, MERCREDI ET JEUDI SOIR

- arrivée entre **19h15** et **19h30**
- > Fin de service 21h45

Nous proposons également des prestations pour les groupes, sous forme d'accueil de séminaires du lundi au vendredi midi, avec différentes formules.

Un devis vous sera proposé en fonction de vos besoins.

Nous proposons les prestations suivantes :

- café d'accueil,
- mise à disposition d'une salle avec matériel nécessaire à la tenue d'une conférence,
- déjeuner au restaurant d'application, sur le menu du jour, boissons comprises.

Pour les groupes qui souhaitent uniquement déjeuner, un forfait boissons leur sera proposé afin de faire travailler nos élèves. Pour toute personnalisation de votre accueil, vous pouvez prendre contact avec le bureau du Directeur délégué aux formations auprès de M. Bottet, au 02.31.46.52.50.

Nous disposons également d'un hôtel d'application de 6 chambres. Les réservations s'effectuent sur internet.

Une empreinte de votre carte, sans prélèvement, vous sera demandée via un site sécurisé.

Toutes ces informations figurent sur le site du lycée François Rabelais ; nous vous invitons à le visiter.

Dans l'espoir de vous recevoir, soyez assurés, Madame, Monsieur, que votre satisfaction sera la meilleure récompense pour nos élèves dont la formation reste notre priorité.

Bernard POTIRON
Directeur Délégué aux Formations
Professionnelles et Technologiques

SEMAINE DU 04 AU 08 NOVEMBRE



Lundi 04

16,90 € *

MENU 1

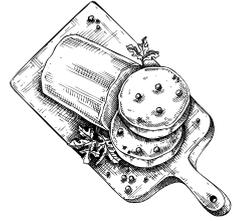
TENDANCES ALIMENTAIRES

Verrine comme un foie gras

Poke-bowl

Émincé végétal au curry petits légumes et riz thaï

Pim's orange et sorbet agrumes



16,90 € *

MENU 1

TRANSATLANTIQUE

Mousseline atlantique à l'encre

Lotte à l'américaine

Sélection de beignets
ou Coupe glacée chantilly

12,90 €

MENU 2

Planche de charcuteries

Poulet rôti, pomme purée

Faisselle ciboulette échalote
ou faisselle fruits rouges



Mardi 05

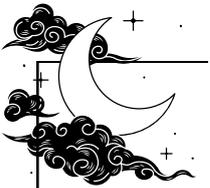
12,90 €

MENU 3

Assiette de charcuteries

Darne de saumon grillée
Grand-mère, jus de poulet

Choux chantilly



DINER

Ravioles de la mer
Coulis de crustacés
Croustillant de nori

Filets de Rouget en 2 cuissons
beurre rouge, riz sauvage en pilaf
courgette glacée, butternut en mousseline
à la citronnelle

DESSERTS de nos mentions

20,00 €

12,90 €

MENU 1

Salade d'endives et Roquefort

Brochette de bœuf sauce poivre

Glace vanille chocolat

12,90 €

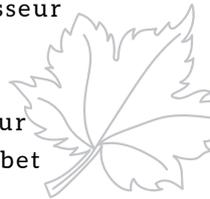
MENU 3

SAVEURS AUTOMNALES

Crème de champignons
et châtaignes

Poulet sauté chasseur
Tagliatelles

Déclinaison autour
de l'ananas & sorbet
rhum raisins



16,90 € *

MENU 2

CARTE D'AUTOMNE

MENU AU CHOIX

Terrine de gibier
au foie gras
ou royal de saint
jacques parfum
des bois

Pièce du boucher
cocotte de légumes
ou retour de pêche

Poire confite aux
épices
ou charlotte aux baies

DINER

Brasserie

25,00 €

Mise en bouche

Œufs cocotte foie gras/cèpes
et saumon fumé

Entrecôte double sauce
béarnaise
Pommes Pont Neuf
ou Cassoulet maison

3 P'tits choux pralinés,
tuile et glace au caramel
beurre salé

*possibilité de deux plats à 13,90 €
ENTRÉE + PLAT OU PLAT + DESSERT



pHARe

Programme
de lutte contre
le harcèlement
à l'école

TEMPS FORT POUR LES LYCÉENS

Journée Spéciale

NON AU HARCÈLEMENT



Jeudi 07

Améliorer
le vivre ensemble

16,90 € *

MENU 1

Ô PAYS DES POMMES

Terrine de lapin au cidre

Pain de campagne à la noisette

Filet de Saint-Pierre

au Pommeau

Légumes racines

Tarte fine aux pommes flambée

Calvados

Petit pot de glace saveur

Teurgoule

12,90 € *

MENU 2

LES FEUILLES MORTES

YVES MONTAND

Crème de champignons
et œuf poché

Filet mignon de porc

en croûte, duxelles

de champignons

et purée de châtaignes

Pomme au four,

crème anglaise infusée

à la noix, glace cannelle

Chartreuse de merlan et noix de Saint-Jacques, beurre nantais

ou Soupe de poisson et garniture classique

ou Feuilleté d'œuf brouillé, brisures de truffes et herbes fraîches

27,50 €

Côte de bœuf marquée au grill, sauce béarnaise, pommes croquettes

ou Filet de barbué dugléré, riz pilaf au chorizo

ou Râble de lapin farci aux champignons, sauce moutarde à l'ancienne, pomme purée

BUFFET DE DESSERT

Tarte aux pommes - Savarin crème mousseline Forêt noire

ou Coupe glacée de sorbet « fruits exotiques »

DINER

16,90 € *

MENU 1

CARTE D'AUTOMNE 2

Œuf poché à la bourguignonne
ou velouté de cucurbitacées à l'orange

Volaille fermière rôtie et son jus
pomme mousseline ou brochette de la mer
velouté et poêlée de légumes

Petit gâteau basque ou crêpes soufflées
aux pommes

16,90 € *

MENU 2

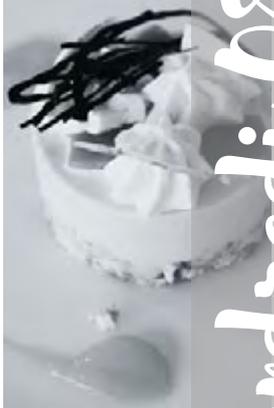
MIDI PYRÉNÉES

Assiette du Quercy

Entrecôte double de l'Aubrac
truffade en caquelon

Tartelette fine et pruneaux
d'Agen mariné au vieil armagnac

Vendredi 08



À LA VENTE
MI DÉCEMBRE

BUCHES DE NOËL

BELLES FÊTES DE FIN D'ANNÉE



SEMAINE DU 11 AU 15 NOVEMBRE

MENU 1

12,90 €

Verrine fraîcheur au thon

Contre filet rôti,
gratin dauphinois

Riz au lait, pommes
caramélisées

MENU 2

16,90 € *

RETOUR DES ILES

Rougail de petits
coquillages à la morue

Cari de poulet et riz blanc

Crèmeux mangue
passion ou Banana split

Mardi 12

MENU 3

12,90 €

Assiette
de poissons fumés

Mixed - Grill

Choux craquelin
crème mousseline



“La Cuisine,
c’est l’envers du décor,
là où s’activent
les hommes et femmes
pour le plaisir
des autres...”

Bernard LOISEAU

DINER

Ravioles de la mer, coulis de crustacés
croustillant de nori

Filets de Rouget en 2 cuissons beurre rouge
riz sauvage en pilaf, courgette glacée
butternut en mousseline à la citronnelle

Dessert de nos mentions

20,00 €

*possibilité de deux plats à 13.90 €
ENTRÉE + PLAT OU PLAT + DESSERT

MENU 1

16,90 € *

CARTE D'AUTOMNE

menu à choix

Terrine de gibier au foie gras
ou royal de saint jacques
parfum des bois

Pièce du boucher cocotte de
légumes
ou retour de pêche

Poire confite aux épices
ou charlotte aux baies

MENU 2

12,90 €

SAVEURS AUTOMNALES

Crème de champignons
et châtaignes

Poulet sauté chasseur
Tagliatelles

Déclinaison autour de
l'ananas & sorbet rhum
raisins

Mercredi 13

MENU 3

12,90 €

Terrine
de campagne

Dos de poisson
sauce vin blanc

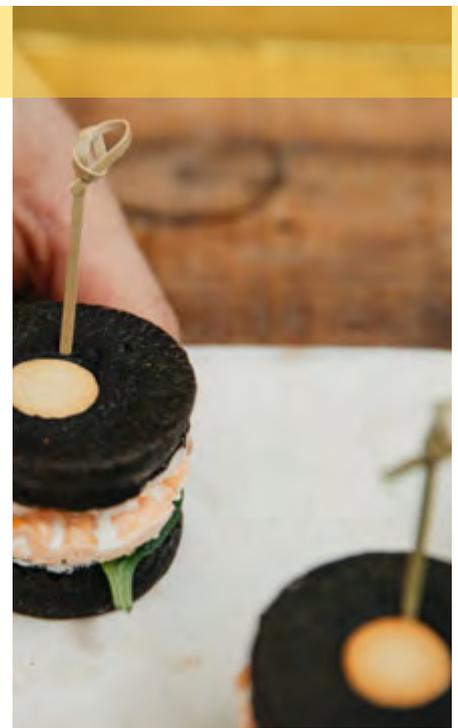
Sorbet fruits rouges

DINER

25,00 €

Entrecôte double sauce béarnaise
Pommes Pont Neuf ou Cassoulet
maison

Balade autour
du chocolat noir,
du litchi et
de la framboise



Mise en bouche

Œufs cocotte foie
gras/cèpes et
saumon fumé

Jeudi 14

MENU 1

12,90 €

LA FORÊT - LESCAP

Crème de champignons
et œuf poché

Filet mignon de porc en croûte
duxelles de champignon
et purée de châtaignes

Pomme au four, crème
anglaise infusée à la noix
glace cannelle

MENU 2

16,90 € *

Ô PAYS DES LÉGENDES

Crème de chou-fleur
Espuma au lard

Kig Ha Farz
L'authentique

Belle - Île flottante
Terre en vue

Chartreuse de merlan et noix
de Saint-Jacques, beurre nantais

- ou Soupe de poisson et garniture classique
- ou Feuilleté d'œuf brouillé, brisures de truffes
et herbes fraîches

Côte de bœuf marquée au grill, sauce
béarnaise, pommes croquettes

- ou Filet de barbeugle, riz pilaf au chorizo
- ou Râble de lapin farci aux champignons,
sauce moutarde à l'ancienne, pomme purée

BUFFET DE DESSERTS

Tarte aux pommes - Savarin crème mousseline
Forêt noire

- ou Coupe glacée de sorbet « fruits exotiques »

27,50 €

DINER

MENU 1

16,90 € *

Carte d'automne 2

Œuf poché à la bourguignonne
ou velouté de curcubitacés
à l'orange

Volaille fermière rôtie et son jus
pomme mousseline
ou brochette de la mer, velouté
et poêlée de légumes

Petit gâteau basque
ou crêpes soufflées aux pommes



Vendredi 15

MENU 2

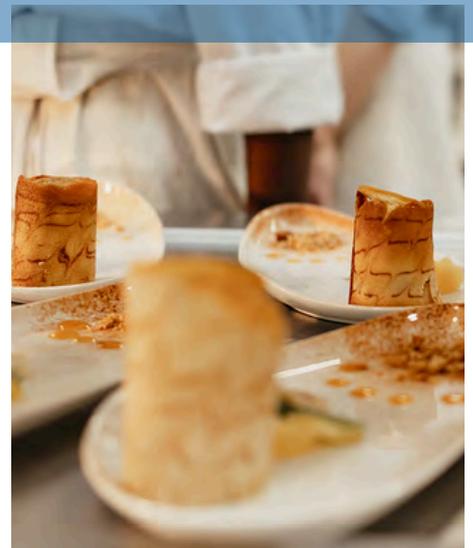
16,90 € *

Midi Pyrénées

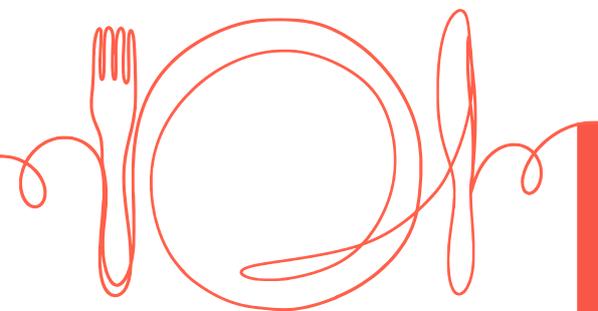
Œuf de caille poché et perle noire
sur une vichyssoise rafraîchissante

Rôti de veau Aveyronnais
cuisson poêlée, palis fondant
et jus de viande corsé

Tarte levée de la ville rose
crème thym citron.



SEMAINE DU 18 AU 22 NOVEMBRE



“La vraie cuisine
est une forme d’art.
Un cadeau à partager.”

Oprah Winfrey



Lundi 18

16,90 € *

Menu 1

TENDANCES ALIMENTAIRES

Verrine comme un foie gras

Poke-bowl

Émincé végétal au curry petits légumes
et riz thaï

Pim's orange et sorbet agrumes



Tarte fine feuilletée, légumes grillés
et escalopines de saumon mariné,
sauce vierge

Caille façon Navarin,
légumes de saison bio glacés,
pomme Anna, tatin d'échalotes

Tartelette saveurs d'agrumes,
éclats de meringue
et sorbet yuzu

Dessert de nos mentions

20,00 €



Mardi 19

12,90 € *

Menu 1

APPEL DE LA FORET

Assiette landaise

Mignon de porc à la forestière
Purée de potimarron

Tartelette aux myrtilles

16,90 € *

Menu 2

LE PÉNITENT DE SAINT MARC - VENISE

Scampi fritti

Gnocchi à l'aoste

Sabayon au marsala ou Glace café

12,90 € *

Menu 3

Tartare de saumon aux agrumes

Croque Mr/Mme, frite et salade

Dame blanche

*possibilité de deux plats à 13,90 €
ENTRÉE + PLAT OU PLAT + DESSERT



Mercredi 20

12,90 €

Menu 1

Terrine de poisson

Filet mignon laqué

Sorbets acidulés

12,90 €

Menu 2

AUBERGE D'ANTAN

Verrine d'avocat aux crevettes & pamplemousse

Blanquette de veau à l'ancienne
Légumes racines du moment
Riz pilaf

Crème brûlée / madeleine

16,90 € *

Menu 3

CARTE D'AUTOMNE
MENU À CHOIX

Terrine de gibier au foie gras
ou royal de saint jacques parfum des bois

Pièce du boucher cocotte de légumes
ou retour de pêche

Poire confite aux épices
ou charlotte aux baies

Mise en bouche

Œufs cocotte
foie gras/cèpes et saumon
fumé

Entrecôte double sauce béarnaise
Pommes Pont Neuf ou cassoulet
maison

Tartelette saveurs d'agrumes
éclats de meringue et sorbet yuzu

Diner

25,00 €

Jeudi 21

16,90 € *

Menu 1

Ô PAYS DE L'OR BLANC

Quenelles de brochet Sauce Nantua

Volaille de Bresse poêlée à la Forestière
Pommes à la Lyonnaise

Tartelette noisette - myrtille façon Mont-Blanc

12,90 €

Menu 2

PALACE, ÇA C'EST PALACE !

Terrine de foie gras, nougatine de noisettes

Côtelettes de saumon en trois cuisson
beurre au Champagne, tombée d'épinards

Chèvre chaud miel et noix
ou Poire façon Belle Hélène flambé
et son sorbet

Chartreuse de merlan et noix de Saint-Jacques
beurre nantais

OU Soupe de poisson et garniture classique

OU Feuilleté d'œuf brouillé, brisures de truffes et herbes fraîches

Diner

Côte de bœuf marquée au grill, sauce béarnaise, pommes
croquettes

OU Filet de barbe dugléré, riz pilaf au chorizo

OU Râble de lapin farci aux champignons, sauce moutarde
à l'ancienne, pomme purée

BUFFET DE DESSERTS

Tarte aux pommes - Savarin crème mousseline

Forêt noire

OU Coupe glacée de sorbet « fruits exotiques »

27,50 €

Vendredi 22

CARTE D'AUTOMNE 2

Œuf poché à la bourguignonne

ou velouté de curcubitacés à l'orange

16,90 € *

Menu 1

Volaille fermière rôtie et son jus

pomme mousseline

ou brochette de la mer velouté et poêlée
de légumes

Petit gâteau basque

ou crêpes soufflées aux pommes

AQUITAINE

Craqueline de jambon de Bayonne

et pain de chip au beurre en mille feuilles

16,90 € *

Menu 2

Côte d'agneau de Pauillac, jus d'olive iodé
et farci de cèpe bouchon

Tartelette fine de pruneaux d'Agen marinés
au vieil armagnac

SEMAINE DU 25 AU 29 NOVEMBRE



12,90 €

MENU 1

Déclinaison Œufs Mimosa

Poulet Rôti,
Pommes Hasselback

Fruits flambés

16,90 €*

MENU 2

LES PARFUMS D'AUTOMNE

Mini tourte aux champignons

Salmis de pintade
gratin butternut et patate douce

Ananas flambé au Rhum, glace miel
et biscuit croquant

AU RESTAURANT
D'APPLICATION



FORÈ AUX VINS

DES LYCÉES VITICOLES
FRANÇAIS

25 NOV.
de 17h00
à 21h00

ENTRÉE 5 €

UN VERRE
DE DÉGUSTATION
OFFERT
RÉSERVATION OBLIGATOIRE
places limitées

12,90 €

MENU 1

Poireaux vinaigrette

Aligot saucisse,
jus à l'oignon

Carpaccio d'ananas,
sorbet citron vert

16,90 €*

MENU 2

LA ROUTE DES EPICES

Sauté de crevettes sauce soja

Porc laqué et noodles

Sorbet mangue au lychee, rocher coco

Mardi 26

DINER

Tarte fine feuilletée
légumes grillés
et escalopines de saumon
mariné, sauce vierge

Caille façon Navarin
légumes de saison bio
glacés, pomme Anna
tatin d'échalotes

Minestrone de fruits frais
et son sorbet
palmiers croustillant

19,90 €

Mercredi 27

12,90 € MENU 1

Charcuterie

Caille rôtie aux raisins

Banana split

16,90 € * MENU 3

CARTE D'HIVER 1

Velouté sylvestre
ou œuf poché à la bourguignonne

Volaille labellisée en 2 cuissons
ou mousseline marine légumes
de saisons

Saint honoré
ou comme un mont blanc

12,90 € MENU 2

AUBERGE
D'ANTAN

Verrine d'avocat
aux crevettes &
pamplemousse

Blanquette de veau
à l'ancienne
Légumes racines
du moment
Riz pilaf

Crème brûlée
madeleine

Menu Automne

Ragoût de champignons

Wok de légumes et son œuf
mollet en croûte

Filet de pintade aux raisins,
poêlée de chou de Bruxelles
au bacon

OU Pavé de chevreuil grand
Veneur, Crumble de cardons

Mont Blanc en verrine

25,00 €

DINER

27,50 €

Chartreuse de merlan et noix de Saint-Jacques,
beurre nantais

- ou Soupe de poisson et garniture classique
- ou Feuilleté d'œuf brouillé, brisures de truffes
et herbes fraîches

Côte de bœuf marquée au grill, sauce béarnaise,
pommes croquettes

- ou Filet de barbeau d'égoutté, riz pilaf au chorizo
- ou Râble de lapin farci aux champignons,
sauce moutarde à l'ancienne, pomme purée

BUFFET DE DESSERTS

- Tarte aux pommes - Savarin crème mousseline
- Forêt noire
- ou Coupe glacée de sorbet « fruits exotiques »

Jeudi 28

12,90 € MENU 1

CHIC ET PAS CHER !
ARNO

Terrine de foie gras, nougatine
de noisettes

Côtelettes de saumon en trois
cuissons, beurre au Champagne,
tombée d'épinards

Chèvre chaud miel et noix
ou Poire façon Belle Hélène
flambé et son sorbet

16,90 € * MENU 2

Ô PAYS D'EIFFEL

Potage Saint-Germain Croûtons
au beurre et chips de lard

Sauté de veau Marengo
Petits pois à la française
Pomme Pont-Neuf

Le Saint-Honoré
de la Belle Époque

Vendredi 29

16,90 € * MENU 1

AQUITAINE

Royale de pois
et godiveaux de poisson blanc
coques de basse mer

Entrecôte à la bordelaise

Un petit café, un petit cannellé

La Table,
c'est l'endroit
de détente
et de convivialité
par excellence...
C'est pourquoi,
il faut également utiliser
son imagination
pour venir compléter
les efforts
de la cuisine.

Bernard LOISEAU

SEMAINE DU 2 AU 6 DÉCEMBRE

Lundi 2

MENU 1

12,90 €

Déclinaison Œufs
Mimosa

Poulet Rôti
Pommes Hasselbackt

Fruits flambés



MENU 2

16,90 € *

LES PARFUMS D'AUTOMNE

Mini tourte aux
champignons

Salmis de pintade
gratin butternut
et patate douce

Ananas flambé au Rhum
glace miel et biscuit
croquant

*Je pense que tout honnête
cuisinier se doit
ou doit à un maquereau,
à une crevette,
à un pigeon
de ne pas être mort
pour rien.*

*Pour ce faire, il faut
que la cuisson
soit menée très précisément..*

Michel Guerard



AU RESTAURANT D'APPLICATION



À PARTIR
DE 18 HEURES

Mardi 3 décembre 2024

CONCERT

ENTRÉE 5€

RÉSERVATIONS
AU 02 31 46 52 56

Organisé et au profit
du projet de la classe
CAP Hôtel Café Restaurant

MENU 1

16,90 €

CARTE D'HIVER

Velouté sylvestre

ou œuf poché à la bourguignonne

Volaille labellisée en 2 cuissons

ou mousseline marine légumes de saisons

Saint honoré

ou comme un mont blanc

Mercredi 4

MENU 2

12,90 €

Verrine d'avocats

Mousseline de poissons

Tarte citron



DINER

Ragoût de champignons
Wok de légumes et son œuf
mollet en croûte

Filet de pintade aux raisins
poêlée de chou de Bruxelles
au bacon

OU

Pavé de chevreuil grand
Veneur, Crumble de cardons

25,00 €

Mont Blanc
en verrine

Jeudi 5

MENU 1

16,90 €*

Ô PAYS DES CIGOGNES

Ravioles Alsaciennes
sauce au Munster

Coq à la bière
Compotée de choux
& Grumbeerekiechle

Balade en forêt noire

DINER

27,50 €

Consommé de volaille, brunoise
de légumes de saison
tartine de foie gras poché
ou Médaillon de homard façon
Parisienne

ou Bisque de homard, chantilly
aux herbes fraîches, allumettes
à l'huile d'olive

Fricassée de volaille fermière
risotto aux champignons
sauvages

ou Tournedos façon Rossini
garniture mascotte

ou Filet de lieu « Véronique »
épinard frais au beurre noisette

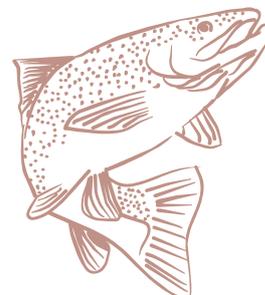
CHARRIOT DE DESSERTS

Cygnés chantilly sauce chocolat
Mini crème brûlée pistache

Tarte au citron meringuée

Entremets aux saveurs exotiques

ou Nougat glacé coulis fruits
rouges



Vendredi 6

MENU 1

16,90 €*

BOURGOGNE

Œuf en meurette

Volaille de Bresse
en fricassée
pommes cocottes

Poire belle Dijonnaise

MENU 2

16,90 €*

GRAND EST

Truite fumée

Choucroute alsacienne

Mirabelles flambées
et glace vanille



SEMAINE DU 9 AU 13 DÉCEMBRE

Lundi 9



12,90 €

Menu 1

Salade normande

Dos de cabillaud en croûte
jus de moules

Mousseline de panais
à la cardamome et chips

Tarte Tatin crème vanille

16,90 €*

Menu 2

ÉPICURE

Crevettes flambées à l'anis
sucrine et wok de légumes

Parmentier de marcassin
patate douce et mesclun

Brioche perdue poire caramélisée
glace vanille



Diner

Dorade grillée au thym Corse
jus d'herbes, riz noir frits

Magret de canard Label rouge
sauce poivre vert ou sucrée salée
pomme Bouchon en croquettes
flan d'épinards

Tartelette pistache
amande et fruits rouge
crémeux au chocolat, glace cacao

20,00 €

Mardi 10

16,90 €*

Menu 1

LE PETIT BISTRO

Croustillant de tourteau

Suprême de barbue
Condorcet

Buzz l'éclair ou pêche melba

12,90 €

Menu 2

Saumon fumé aux baies roses
et à l'aneth et ses toasts

Pot au feu de mamie

Pruneaux flambés à l'armagnac
glace vanille

*possibilité de deux plats à 13.90 €
ENTRÉE + PLAT OU PLAT + DESSERT



Mercredi 11

12,90 €

Salade gourmande

Pintade au lard

Dame blanche

Menu 1

16,90 € *

CARTE D'HIVER 1

menu à choix

Menu 2

Velouté sylvestre

ou œuf poché à la bourguignonne

Volaille labellisée en 2 cuissons

ou mousseline marine légumes de saisons

Saint honoré

ou comme un mont blanc

Ragoût de champignons

Wok de légumes et son œuf mollet en croûte

Filet de pintade aux raisins poêlée de choux de Bruxelles au bacon

OU Pavé de chevreuil grand Veneur

Crumble de cardons

Mont Blanc en verrine

25,00 €

Diner



Jeudi 12

16,90 €

Ô PAYS DE L'OR NOIR

Menu 1

Foie gras de canard mi-cuit au Jurançon moelleux

Médaille de lotte au Cahors

Écrasé de pomme de terre à l'huile de truffe

Tarte aux noix du Périgord

Glace à l'Armagnac

MENU GASTRONOMIQUE DE TRADITION FRANÇAISE

Consommé de volaille, brunoise de légumes de saison, tartine de foie gras poché

OU Médaille de homard façon Parisienne

OU Bisque de crustacés, chantilly aux herbes fraîches, allumettes à l'huile d'olive

Diner

Fricassée de volaille fermière, risotto aux champignons sauvages

OU Tournedos façon Rossini, garniture mascotte

OU Filet de lieu « Véronique », épinard frais au beurre noisette

CHARRIOT DE DESSERTS

Cygnés chantilly sauce chocolat - Mini crème brûlée pistache - Tarte au citron meringuée Entremets aux saveurs exotiques

OU Nougat glacé coulis fruits rouges

27,50 €



Vendredi 13

16,90 € *

BOURGOGNE

Menu 1

Cassolette d'escargots lutté

Médaille de bœuf, rosti

et petit pâté de cèpes

Jus à la moelle

Corcou de cerises façon moyen âge

SEMAINE DU 16 AU 20 DÉCEMBRE

Lundi 16



12,90 €

MENU 1

Salade normande

Dos de cabillaud en croûte
jus de moules

Mousseline de panais à la
cardamome et chips

Tarte Tatin crème vanille

16,90 €*

MENU 2

EPICURE

Crevettes flambées à l'anis
sucrine et wok de légumes

Parmentier de marcassin
patate douce et mesclun

Brioche perdue poire caramélisée
Glace vanille



12,90 €*

MENU 1

Salade de chèvre chaud
pignon de pin, magret fumé
et pain d'épices

Entrecôte double
pomme sarladaise

Suprêmes d'oranges
à l'infusion de cannelle
glace rhum raisin

16,90 €*

MENU 2

BAR À VIN

La planche du bougnat

Côte de bœuf grillée à partager
sarladaise

Tarte en bande aux fruits

Mardi 17



DINER

Dorade grillée
au thym Corse, jus d'herbes
riz noir frits

Magret de canard Label rouge
sauce poivre vert
ou sucrée salée
pomme Bouchon en croquettes
flan d'épinards

Tartelette pistache
amandes et fruits rouges
crèmeux au chocolat
glace cacao

20,00 €

Mercredi 18

MENU 1

16,90 €*

CARTE D'HIVER 2

Bouchée fruits de mer
et saint jacques

OU Cassolette d'escargot au chablis

Pièce de bœuf façon Rossini
OU Dos de poisson gratiné

Nougat glacé
OU Baba belle fruitière

MENU 2

12,90 €

Terrine de foie gras

Cassolette de la mer

Ananas en gondole

Concept finger food after work

Wrap saumon fume/avocat
Club sandwich
Planche charcuterie/fromage
Ailerons volaille
mini burgers
Mozza stick
Brochette Teriyaki
Grosses crevettes panées
Panko 3 sauces
Shot gun

25,00 €

DINER

27,50 €

MENU GASTRONOMIQUE DE TRADITION FRANÇAISE

Consommé de volaille, brunoise de légumes de saison, tartine de foie gras poché
ou Médaillon de homard façon Parisienne
ou Bisque de crustacés, chantilly aux herbes fraîches, allumettes à l'huile d'olive

Fricassée de volaille fermière, risotto aux champignons sauvages
ou Tournedos façon Rossini, garniture mascotte
ou Filet de lieu « Véronique », épinard frais au beurre noisette

CHARRIOT DE DESSERTS

Cygnes chantilly sauce chocolat - Mini crème brûlée pistache
Tarte au citron meringuée - Entremets aux saveurs exotiques
ou Nougat glacé coulis fruits rouges

Jeudi 19



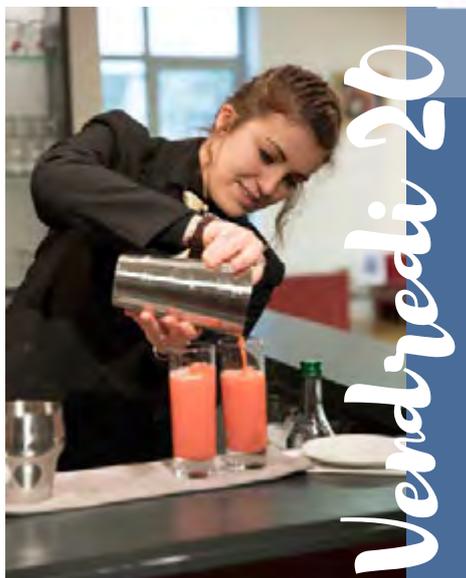
CERTIFICAT DE SPÉCIALISATION
BAR

19 DÉCEMBRE
TROPICAL COCKTAILS
Party Afterwork

18H • 18€ •

* Sur réservation 0231465250
* Food & Drinks
Salé Sucré exotiques & 2 cocktails et 1 mocktail
Salle de conférence
LYCÉE FRANÇOIS RABELAIS 175

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



Vendredi 20

16,90 € *

MENU 1

LA MAGIE DE NOËL

Capuccino de st jacques

Tournedos de bœuf, légumes racines rôtis

Orange givrée

Thé et biscuits de Noël

16,90 € *

MENU 2

CHAMPAGNE

Ecrevisses des rus au curcuma et petit flan de carapace relevé au piment

Brochet farci sauce champagne

Pain d'épices et glace au lait

Belles fêtes
de fin d'année



2025
bienvenue

SEMAINE DU 06 AU 10 JANVIER

12,90 €  MENU 1

C'EST LA FÊTE

Rillettes de maquereaux
sur toast

Curry de volaille
riz Madras

Crème renversée au caramel
langue de chat

16,90 € *  MENU 2

Tartare de saumon

Cœur de cabillaud poché
aïoli et beignet d'aubergine

Tarte fine aux poires



12,90 €  MENU 3

Avocado toast

Burger / Frites

Coupe Mont Blanc



*possibilité de deux plats à 13.90 €
ENTRÉE + PLAT OU PLAT + DESSERT

16,90 €

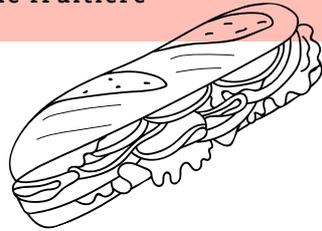
MENU 1

CARTE D'HIVER 2

Bouchée fruits de mer et saint jacques ou Cassolette d'escargot au chablis

Pièce de bœuf façon Rossini ou Dos de poisson gratiné

Nougat glacé ou baba belle fruitière



Mercredi 08

12,90 €

MENU 2

BRASSERIE LILLOISE

Ficelle picarde

Carbonade flamande

Endives braisées & pomme vapeur

Coupe Belle Hélène revisitée & glace au spéculoos

DINER

25,00 €

Finger food after work

Wrap saumon fume/avocat
Club sandwich
Planche charcuterie/fromage
Ailerons volaille
Mini burgers
Mozza stick
Brochette Teriyaki
Grosses crevettes panées
Panko 3 sauces
Shot gun

16,90 € *

MENU 1

V COMME VÉGÉTAL

Salade de jeunes pousses et avocat à la vinaigrette au citron vert

Raviolis faits maison aux épinards et au fromage de chèvre, sauce au pesto de basilic

Mousse au chocolat blanc et pistache, coulis de kiwi



Jeudi 09

12,90 €

MENU 2

TRI MARTOLOD ALAN STIVELL

Gâteau d'andouille de Guéméné beurre blanc aux algues

Galette saucisse, pomme de terre et oignons rosés de Roscoff

Crêpe flambée glace au chouchen

16,90 € *

MENU 1

LES BOUCHONS LYONNAIS

Quenelle de brochet

Andouillette lyonnaise sauce moutarde à l'ancienne, frites

Cervelle de Canut version échalote ciboulette ou coulis de fruits rouges

16,90 € *

MENU 2

CARTE D'HIVER I

Velouté de butternut et châtaignes ou tartiflette savoyarde

Estouffades et autres fricassées de nos régions ou comme une bouillabaisse

Tarte citron comme à Menton ou entremet exotique



Vendredi 10



Lundi 13

MENU 1

16,90 € *

LES GRANDES TABLES DE FRANCE

La tarte océane

Volaille contisée et rôtie
pommes sautées
et salsifis

Café ou thé gourmand
fruits frais, pâtisserie
et touche crémeuse

Mardi 14

MENU 1

12,90 €

AUBERGE D'ANTAN

Entrée surprise

Blanquette de veau
à l'ancienne
Légumes Racines
Riz pilaf

Crème renversée
au caramel
langue de chat

MENU 2

12,90 €

Salade Caesar

Papillote de saumon
jeune carotte

Ananas rôti aux épices
flambés au rhum
glace vanille
et rocher coco



MENU 3

16,90 € *

Croque fromage
du Nord, salade

Bonne vieille choucroute

Forêt noire



à l'accueil du restaurant
d'application

VENTE À EMPORTER

DU MARDI AU VENDREDI
de 14h00 à 16h00

VIENNOISERIES, PAINS, DESSERTS, PÂTISSERIES & PLATS CUISINÉS

PAR NOS ÉLÈVES

Contribuez
à notre démarche
éco-responsable
en apportant vos sacs
et cabats



Nos produits sont réalisés avec :
les farines des Minoterries du château
et le beurre d'Isigny Sainte Mère

Minoterries
Château
1888

Isigny
le Mère

MENU 1

12,90 €

BRASSERIE LILLOISE

Ficelles picardes

Carbonade flamande

Endives braisées
& pomme vapeur

Coupe Belle Hélène

revisitée & glace
au spéculoos

MENU 2

16,90 € *

CARTE D'HIVER 2

Bouchée fruits de mer
et saint jacques

ou Cassolette d'escargots
au chablis

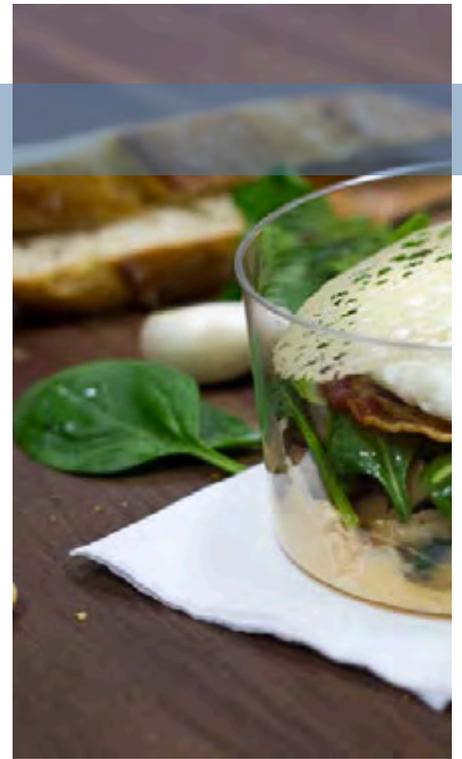
Pièce de bœuf façon Rossini

ou Dos de poisson gratiné

Nougat glacé

ou Baba belle fruitière

Mercredi 15



DINER

25,00 €

FINGER FOOD AFTER WORK

Wrap saumon fume/avocat
Club sandwich
Planche charcuterie/fromage

Ailerons volaille
mini burgers
Mozza stick
Brochette Teriyaki

Grosses crevettes panées
Panko 3 sauces - Shot gun

Jeudi 16



MENU 1

12,90 €

BREST - MIOSSEC

Gâteau d'andouille de Guéméné
beurre blanc aux algues

Galette saucisse, pomme de terre
et oignons rosés de Roscoff

Crêpe flambées
glace au chouchen

MENU 2

16,90 € *

O COMME ORANGE

Velouté de carottes et gingembre
crème légère à l'orange

Filet de saumon rôti à l'orange
purée de patates douces
et légumes glacés

Finger à la mandarine meringue
à l'agrumes

MENU 1

16,90 € *

CARTE D'HIVER 1

Velouté de butternut et châtaignes
ou tartiflette savoyarde

Estouffades et autres fricassées
de nos régions
ou comme une bouillabaisse

Tarte citron comme à Menton
ou entremet exotique

Vendredi 17

MENU 2

16,90 € *

ITALIE

Stamboli

Osso bucco à la milanaise
spaghetti

Panna cotta aux fruits rouges
ou Amarena



SEMAINE DU 20 AU 24 JANVIER



Lundi 20

12,90 €

Menu 1

Buffet de hors d'œuvre et de charcuteries

Curry de volaille, riz aux fruits secs

Blanquette de poissons, légumes sautés

Assortiment de tartes maison

16,90 € *

Menu 2

Les grandes tables de France

La tarte océane

Volaille contisée et rôtie
pommes sautées et salsifis

Café ou thé gourmand / fruits frais
pâtisserie et touche crémeuse



Mardi 21

12,90 €

Menu 1

Entrée surprise

Filet de poisson de la pêche du jour, beurre blanc
aux herbes pommes vapeur

Tartelette aux myrtilles

12,90 €

Menu 2

Crevettes sautées et flambées au whisky
fondue de poireaux

Souris d'agneau, haricots coco

Profiteroles au chocolat

16,90 € *

Menu 3

Œuf poché à la bourguignonne

Blanquette de veau à l'ancienne

Abricot à la Condé



*possibilité de deux plats à 13,90 €
ENTRÉE + PLAT OU PLAT + DESSERT



Mercredi 22

12,90 €

Menu 1

Tout schuss

Salade du berger
 Mignon de porc sauce forestière
 Crozets aux noix & reblochon
 Tartelette aux myrtilles

16,90 € *

Menu 2

Carte d'hiver 2

Terrine de sanglier confit d'oignon
 ou quenelle lyonnaise
 Salmi
 ou marmite Dieppoise
 Tarte mendiant
 ou poire confite belle Hélène

MENU MONTAGNARD

Soupe de courges au lard

Tartare de truite au génépi
 et tête de moines
 OU Filet truite au vin d'Apremont

Tartiflette nouvelle vague
 OU Côte de veau au vin jaune et morilles
 chou farcis aux légumes.

Entremet litchi pamplemousse

25,00 €

Diner

Jeudi 23

16,90 € *

Menu 1

BW comme Black & White

Tartare de Saint-Jacques avec crème de céleri
 et croustillant de parmesan

Risotto au mascarpone et volaille blanche

Arlette chocolat à la crème caramel noisette
 sur pommes au beurre

12,90 €

Menu 2

Week-end à Rome – Etienne Daho

Antipasti

Saltimbocca alla Romana, polenta crémeuse
 sauce gorgonzola

Salade de roquette aux figues, copeaux
 et chips de parmesan

ou Panna Cotta café, orange et cerise amarena

Diner

25,00 €
TOUT COMPRIS

BTS BLANC

Menus non communiqués

TABLES DE 4 PERSONNES

UNIQUEMENT

Vendredi 24

16,90 € *

Menu 1

Italie

Antipasti

Saltimbocca de Parme, blettes aux
 agrumes

Le véritable Tiramisu

16,90 € *

Menu 2

Carte d'hiver 2

Chou à la poitevine
 ou tourte berrichonne

Jarret braisé et son gratin
 ou marmite Dieppoise

Pavlova
 ou Paris-Brest



Lundi 27

SOIRÉE VIN & BANDES DESSINÉES

ARRIVÉE 19H

restaurant
d'application

12,90 €

MENU 1

Buffet de hors
d'œuvre
de charcuterie

Curry de volaille
riz aux fruits secs

Blanquette
de poissons légumes
sautés

Assortiment
de tartes maison



29€



LES ÉLÈVES
DE CERTIFICAT
DE SPÉCIALITÉ
SOMMELERIE
sont heureux
de vous accueillir
pour cette thématique !

ATTENTION : PLACES LIMITÉES

16,90 €*

MENU 1

Hareng pomme à l'huile

Tartare de bœuf et sa garniture

Tarte citron meringuée

12,90 €

MENU 2

Linguine Napolitaine

Fricassée de volaille
à l'ancienne
Riz pilaf

Panna cotta

Mardi 28

12,90 €

MENU 3

Quenelle de brochet
sauce nantuas

Pavé de turbot au riesling

Crème renversée

*possibilité de deux plats à 13,90 €
ENTRÉE + PLAT OU PLAT + DESSERT

Mercredi 29

12,90 €

MENU 1

TOUT SCHUSS

Salade du berger
Mignon de porc sauce forestière
Grozets aux noix & reblochon
Tartelette aux myrtilles

16,90 € *

MENU 2

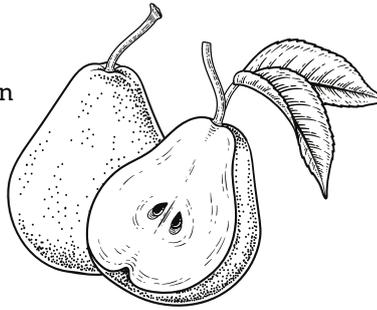
CARTE D'HIVER 2

Terrine de sanglier confit d'oignon
ou quenelle lyonnaise
Salmi
ou marmite Dieppoise
Tarte mendiant
ou poire confite belle Hélène

12,90 €

MENU 3

Planche de
charcuterie
Dos de poisson
sauce vin blanc
Pêche Melba



DINER

25,00 €

MENU MONTAGNARD

Soupe de courges au lard
Tartare de truite au génépi
et tête de moines
OU filet truite au vin d'Apremont
Tartiflette nouvelle vague
OU Côte de veau au vin jaune
et morilles, chou farcis aux
légumes
Mille feuilles chocolat blanc
et « pré séché », glace au lait
ribot

DINER

Jeudi 30

BTS BLANC
Menus non communiqués

**TABLES
DE 2 ET 4 PERSONNES
UNIQUEMENT**

**25,00 €
TOUT COMPRIS**

12,90 €

MENU 1

VOYAGE EN ITALIE LILICUB

Antipasti
Saltimbocca alla Romana, polenta
crémeuse, sauce gorgonzola
Salade de roquette aux figues
copeaux et chips de parmesan
ou Panna Cotta café, orange et
cerise amarena

16,90 € *

MENU 2

C COMME FUNKY TRIP IN AMERICA

Ceviche de poisson à la lime
et au maïs grillé
Tacos de carnitas avec salsa
verte et crème d'avocat
Dôme au chocolat lacté
pop-corn, cacahuète

Vendredi 31

16,90 € *

MENU 1

CARTE D'HIVER 2

Chou à la poitevine
ou tourte berrichonne
Jarret braisé et son gratin
ou marmite Dieppoise
Pavlova
ou Paris-Brest

16,90 € *

MENU 2

LA BOURGOGNE

Œuf poché au vin rouge, garniture
bourguignonne aux escargots
Entrecôte double de bœuf sauce
béarnaise, os a moelle
Pommes de terre au suif
Poire pochée belle Dijonnaise



SEMAINE DU 02 AU 07 FÉVRIER

Lundi 03



MENU 1

12,90 €

BRASSERIE

Œufs Meurette

Steak Tartare
ou Steak au poivre

Frites

MENU 1

12,90 €

Tartare de saumon fumé

Filet de poisson
de la pêche du jour
risotto d'herbes
et bouillon vert

Tarte Tatin

MENU 2

16,90 € *

RONCHO ET PONCHO

Guacamole

Chili con carne

Téquila givrée biscuit
amande ou churros

Mardi 04

MENU 3

12,90 €

Œuf brouillé au saumon

Choucroute de la mer

Crêpe Suzette



DINER

Paupiette de la mer Arlequin

Fondant de volaille sauce vin jaune
et morilles

Gnocchi de pommes de terre

Tian de légumes

Dessert de nos mentions

20,00 €



*possibilité de deux plats à 13,90 €
ENTRÉE + PLAT OU PLAT + DESSERT

MENU 1

12,90 €

DOUCEURS OCÉANES

Rillettes de maquereau

Filet de lieu sauce
Dieppoise

Pommes vapeur
persillées

Cœur coulant au
chocolat, crème anglaise

MENU 2

16,90 € *

CARTE D'HIVER 2

Terrine de sanglier confit
d'oignon
ou quenelle lyonnaise

Salmi
ou marmite Dieppoise

Tarte mendiant
ou poire confite belle
Hélène

Mercredi 05

MENU 3

12,90 €

Tartare de saumon

Salmi de pintade

Tarte tatin



DINER

MENU MONTAGNARD

25,00 €

Soupe de courges au lard
Tartare de truite au génépi et tête de moines
OU filet truite au vin d'Apremont

Tartiflette nouvelle vague
OU Côte de veau au vin jaune et morilles
chou farcis aux légumes

Banane et sarrasin
tout en texture



DINER

Jeudi 06

16,90 € *

MENU 1

F COMME FILMS FRANÇAIS

"Le Grand Bleu" Tartare de saumon et
crème de citron

"Le Festin de Babette" Coq au vin avec
légumes de saison

"La Vie en Rose" Macarons à la
framboise et à la rose avec gelée de
framboises

MENU GASTRONOMIQUE DE TRADITION FRANÇAISE

27,50 €

Consommé de volaille
brunoise de légumes de saison
tartine de foie gras poché
OU Médaillon de homard façon
Parisienne
OU Bisque de crustacés
chantilly aux herbes fraîches
allumettes à l'huile d'olive

Fricassée de volaille fermière risotto
aux champignons sauvages
OU Tournedos façon Rossini
garniture mascotte
OU Filet de lieu « Véronique »
épinard frais au beurre noisette

DESSERTS AU CHARRIOT

Cygnés chantilly sauce chocolat
Mini crème brûlée pistache
Tarte au citron meringuée
Entremets aux saveurs exotiques
OU Nougat glacé coulis fruits rouges

MENU 1

16,90 € *

LA BOURGOGNE

Crèmeux de girolles et
œuf parfait

Véritable pochouse
bourguignonne
légumes étuvés

Sélection de fromages
ou dessert : croque en
bouche

Vendredi 07

MENU 2

12,90 €

CHAMPAGNE

Saumon de fontaine
réduction de carotte
et cristaline thin-skin

La cuisine canaille
et crème de moutarde
grosses frites

Pain d'épices
et glace au lait



AU PLAISIR DE VOUS RETROUVER
AU RESTAURANT D'APPLICATION



Lycée François RABELAIS

1, rue Elsa Triolet

14123 IFS