

MENUS

SEPTEMBRE 2024
À OCTOBRE 2024

Période 1



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



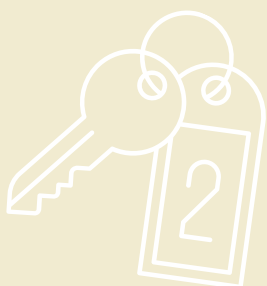
HÔTEL D'APPLICATION

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.

Du fait du départ en stage
de plusieurs classes, le restaurant
d'application n'est ouvert
que le vendredi midi
et certains lundis midi et mercredis soir
jusqu'au 18 octobre.

DÈS LE 18 SEPTEMBRE 2024, LES MENUS DE LA TOUSSAINT A JANVIER 2025 SERONT DISPONIBLES.

> Pour cette 2e période, les réservations
se feront à partir du 19 septembre 2024

ÉVÉNEMENTS À VENIR

LIMITED
EDITION



Lien WEB

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

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 de ce début d'année scolaire.

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 9 AU 13 SEPTEMBRE

Vendredi 13



16,90 € *

MENU 1

REGION PACA

Pissaladière

Agneau confit à la Provençale,
Tian de légumes du soleil

Dessert crémeux abricot

16,90 € *

MENU 2

LA PROVENCE

Melon de Cavaillon,
sirop de menthe poivrée

Filet de loup juste saisi, cristalline de
Fenouil et ratatouille sèche
Tapenade et tomates confites

Crousti-fondant aux fruits siroco,
pêle-mêle de thym

Cuisiner : c'est l'art le plus beau et le plus complet.

Il engage nos cinq sens, plus un, le besoin de donner le meilleur de nous-mêmes.

Paulo Coelho

SEMAINE 16 AU 20 SEPTEMBRE

16,90 € *

MENU 1

Gaspacho

Parmentier de poisson
salade

Mousse au chocolat

16,90 € *

MENU 2

LA PROVENCE

Filet de rouget au raisin Muscat,
rafraîchissant concombre et cébette

Bouillabaisse

Tout citron dans un choux craquelin



Vendredi 20



SEMAINE DU 23 AU 27 SEPTEMBRE



Vendredi 27

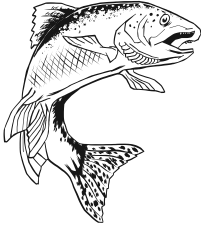
16,90 € *

MENU 1

Tomate antiboise

Brochette de porc au chorizo, ratatouille

Tarte alsacienne



16,90 € *

MENU 2

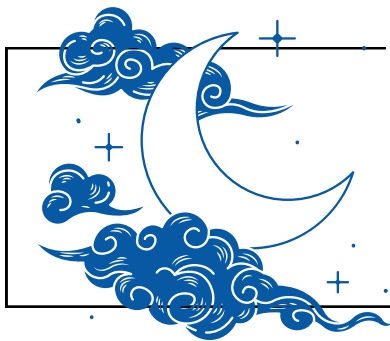
REGION PACA

Millefeuille de tomate au chèvre frais & légumes du soleil confits

Darne de saumon grillée sauce paloise, tubes de courgettes marinées & légumes snackés

Nougat glacé au miel, coulis d'abricot

SEMAINE DU 30 SEPT. AU 4 OCTOBRE



DINER

Mercredi 2

Antipasti

Risotto de fruits de mer au Marsala

Magret de canard façon Rossini, mousseline de choux-fleur à la fève tonka

Tiramisu à la demande

25.00 €

16,90 € *

MENU 1

Bretagne
Pays de Loire

Gâteau d'andouille de Guéméné et épinard sauce pommeau

Blanquette de la mer Riz safrané

Pruneaux flambés au Chouchen, glace vanille, éclats de noix

Vendredi 4

16,90 € *

MENU 2

Languedoc Roussillon

Gelée de muscat de rivesaltes et melon du Roussillon

Petit rôti d'agneau façon Riols sur pommes fondantes et cardons

Tarte fine aux abricots





Lundi 7

16,90 €

Menu 1

AMBIANCE BISTROT

La planche de charcuterie

Mixed grill (saucisse, côte d'agneau, bœuf)

Tomate provençale, pommes paille et beurre maître d'hôtel

Tiramisu



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

Oprah Winfrey



Mercredi 9

25,00 €

Antipasti

Risotto de fruits de mer
au Marsala

Magret de canard façon Rossini,
mousseline de choux-fleur à la
fève tonka

Tiramisu à la
demande

DINER



Vendredi 11

16,90 € *

Menu 1

LANGUEDOC ROUSSILLON

Petit pâté de Pézenas

Pèle-mêle de poissons de méditerranée cuisiné
façon bourride, crème délicate de corail

Retour de vacances dans une petite crème
catalane aux saveurs anisées

16,90 € *

Menu 2

CARTE D'AUTOMNE 1 (AU CHOIX)

Assiette maraîchère du jour
ou Ficelle picarde

Pièce du boucher et sa jardinière de légumes
ou Tagliatelles aux fruits de mer

Poires confites, glace vanille
ou Ananas des îles rôti aux épices, moelleux
au chocolat

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

SEMAINE DU 14 AU 18 OCTOBRE



16,90 € *

MENU 1

AMBIANCE BISTROT

La planche de charcuterie

Mixed grill (saucisse, côte d'agneau, bœuf)

Tomate provençale, pommes paille et beurre maître d'hôtel

Tiramisu

DINER

Antipasti

Risotto de fruits de mer
au Marsala

Magret de canard façon Rossini,
mousseline de choux-fleur à la
fève tonka

Tiramisu à la
demande

Mercredi 16

25,00 €



Vendredi 18

16,90 € *

MENU 1

BRETAGNE PAYS DE LA LOIRE

Huitres chaudes, sabayon
au cidre des Cornouailles

Lotte à l'armoricaine,
Coco de Paimpol

Crêpes flambées au
Chouchen

16,90 € *

MENU 2

CARTE D'AUTOMNE 1 (au choix)

Assiette maraîchère du jour
ou Ficelle picarde

Pièce du boucher et sa
jardinière de légumes
ou Tagliatelles aux fruits
de mer

Poires confites, glace vanille
ou Ananas des îles rôti aux
épices, moelleux au chocolat

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

**OUVERTURE À PARTIR
DU 13 SEPT. 2024**



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 Minoteries du château
et le beurre d'Isigny Ste Mère

Minoteries
du
Château
ERNÉE

