

Mardi 3 Mars

Champignons à la grecque
Sole meunière au cumin et citron,
artichaut au chorizo, pommes
Anglaises
Tiramisu aux fruits rouges et
chocolat blanc

Mercredi 4 Mars

Romantique

Jalousie salée
Poulet miel et épices, topinambours
Profiteroles à la nougatine

Jeudi 5 Mars

Barfouille Québécoise

Soupe aux pois (façon Crécy)
Rôti de porc à l'ancienne, purée de
panais
Pancake, croustade de pommes à
l'érable

Vendredi 6 Mars

Salade de pommes de terre aux
herbes et aux pignons
Darne de colin, gratin de
champignons et beurre blanc
Crêpes Suzette

Mardi 10 Mars

Cygne de tomate et truite fumée
Côtelettes d'agneau panées,
pommes Macaire à l'estragon
Mousseline aux fruits façon Pavlova

Mercredi 11 Mars

Ecole Buissonnière

Macédoine de légumes
Cabillaud pané, mousseline de
légumes
Café Gourmand : Crème Carambar,
Langue de chat

Jeudi 12 Mars

Menu d'ici et d'ailleurs

Bouillon Miso
Wok de Canard, nouilles chinoises
sautées
Samossa pomme - choco - coco

Vendredi 13 Mars

Velouté façon Carmen
Veau façon normande, tuile sarrasin
et artichaut
Millefeuille poire et crème
d'amandes

Mardi 17 Mars

Feuilleté de chèvre aux épinards
Thon mariné au gingembre et
citronnelle, tartare d'ananas
Mousse à la passion

Mercredi 18 Mars

Menu bikers

Mini burritos
Ribs de porc, frites
Banana Split

Jeudi 19 Mars

Menu Printanier

Aumônière Chèvre tomate miel
Navarin Printanier
Poire Belle Hélène

Vendredi 20 Mars

Terrine, nougatine fine à la noisette
et fil de porto
Thon grillé, beurre safrané à
l'orange, carottes au miel
Eclair au citron

Mardi 24 Mars

Soupe de volaille aux épices
Veau tout coco façon blanquette
Œufs à la neige aux fruits secs et au
miel

Mercredi 25 Mars

Menu Girly

Salade Mixte
Darne de lieu jaune panée aux trois
sésames, tian de légumes
Rainbow cake

Jeudi 26 Mars

Menu Anglais

Velouté de petits pois à la menthe
Fish and chips / Eglefin et pommes
gaufrettes
Cheesecake cranberries

Vendredi 27 Mars

Œufs au plat, écume de lard fumé
Volaille pochée à l'indienne, semoule
au poivron
Ananas caramélisé, glace au rhum

Nos plats sont FAIT MAISON

L'Atelier Gourmand est un restaurant pédagogique destiné à la formation professionnelle se préparant aux métiers de la restauration.

Ouverture toute l'année du **Mardi au Vendredi** dès 12h15.

Sur réservation au 02 31 82 70 60

Durée minimum de service 45 minutes.

Menu Complet (entrée/plat/dessert/café) à 11,50€

Formules (entrée/plat ou plat/dessert) à 9,50€

Règlement en espèces, carte bancaire, chèques et titre restaurants.

Vous souhaitez réserver l'Atelier Gourmand pour vos déjeuners d'affaires ?
Contactez-nous.

Nous pouvons vous transmettre chaque mois les menus proposés.

C'est **UN PLAT**
comme une entrée, un plat
ou une salade ou un dessert
CUISINÉ
SUR PLACE



À PARTIR DE
PRODUITS CRUS
qui ont été réceptionnés par le restaurateur
sans avoir été modifiés dans leur nature
et en particulier par un mélange avec un
autre produit ou par chauffage préalable.

Contactez-nous

IRFA FORMATION
2 Avenue de Cambridge
14200 HEROUVILLE-SAINT-CLAIR
T. : 02 31 82 70 60
@ : irfa14@irfa-formation.fr

www.irfa-formation.fr

MENUS DU MOIS

Restaurant pédagogique de l'IRFA - Mars 2020

