



MENUS DU LUNDI 23 SEPTEMBRE AU VENDREDI 18 OCTOBRE 2019

RESTAURANTS D'APPLICATION ET BRASSERIE ET RESTAURANTS D'INITIATION.

FORMULE BISTRROT LES VENDREDIS AU RESTAURANT D'INITIATION : MENU 12 € TTC HORS BOISSONS.

FORMULE A 16€ AVEC VIN ET CAFE A RESTAURANT D'INITIATION CERTAINS LUNDIS, MERCREDIS ET JEUDIS.

RESERVATIONS DIRECTEMENT EN LIGNE A PARTIR DU SITE DU LYCEE. : <http://www.lyceehoteliergeorgesfreche.fr>

RESERVATIONS MAINTENUES PAR TELEPHONE : 04-67-13-05-25 de 09h00 à 13h00

Nous vous accueillerons du lundi au vendredi de 12h15 à 13h30 au déjeuner et au diner du lundi au jeudi de 19h00 à 19h30.

LA BRASSERIE D'APPLICATION : A LA CARTE

Entrées à partir de 4,00€ : - Proposition du chef - Entrée végétarienne des traiteurs - Salade composée.

Plats à partir de 8,50€. : - Proposition du chef - Pièce du boucher selon arrivage en cuisson du jour - Dos de cabillaud en cuisson du jour - Salade repas composée.

Desserts et fromage à partir de 3,50€. : - Proposition du chef - Les desserts de nos pâtissiers - Coupe de glace composée.

RESTAURANT D'APPLICATION :

- Déjeuner : 20€ (hors boissons)
- Diner : 28 € (hors boissons).
- Fromage à la demande : 4€.

Les tarifs peuvent varier selon les thèmes des menus.

RESTAURANTS D'INITIATION 1 ET 2 AU DEJEUNER UNIQUEMENT :

Réservations individuelles : 16 € avec verre de vin et café compris, LES LUNDIS, MERCREDIS ET JEUDIS.

BISTRROT LE VENDREDI MIDI : menu en trois plats : 12€ TTC Hors boissons, avec vins au pichet et apéritif à partir de 1.50€.

Groupes et banquets sur demande et devis (à partir de 16€ hors boissons).

RESERVATIONS PAR TELEPHONE, DE VIVE VOIX UNIQUEMENT - AUCUNE RESERVATION NE SERA PRISE EN COMPTE SUR REPONDEUR -

Pré réservations par courriel : resarestaurant.georgesfreche@ac-montpellier.fr la demande de réservation sera effective qu'après confirmation de vive voix.

Groupes sur demande par courriel : prestations.georgesfreche@ac-montpellier.fr

DU LUNDI AU VENDREDI, de 09h00 à 13h00

Tél. : 04-67-13-05-25

"Les réservations sont prises en compte 4 semaines maximum avant la date prévue"

Chers Clients,

Nos cartes et menus sont disponibles sur le site du Lycée : <http://www.lyceehoteliergeorgesfreche.fr>, à l'accueil du lycée. Pour des raisons pédagogiques, les horaires indiqués sont impératifs, s'agissant d'élèves qui ont des cours dans l'après-midi, ou bien un retour chez eux le soir.

Les mets et les préparations sont servis et réalisés par des élèves en formation, qui acquièrent au fil de l'année praticité et compétences. Merci de votre compréhension.

Pour les groupes, à partir de 7 personnes, il sera demandé un chèque d'arrhes de 50% du total de la facturation hors boissons à adresser dès le jour de la réservation. Votre réservation ne devient définitive qu'à réception du chèque. Toute annulation doit être annoncée au plus tôt. Pour les personnes absentes le jour du repas sans avoir prévenu 72h à l'avance, il sera gardé le montant des arrhes.

Notez bien : Groupes et banquets aux restaurants d'initiation uniquement (à partir de 16€ hors boissons) sur demande et devis 8 semaines au préalable.

Avec nos remerciements pour votre collaboration et votre fidélité,

Les équipes du lycée des Métiers, de la Gastronomie, de l'Hôtellerie et des Tourismes Georges-Frêche.

Nous vous rappelons l'existence d'un espace de vente pédagogique.

Le magasin est ouvert tous les jours du lundi au vendredi et propose pains, viennoiseries, pâtisseries, plats cuisinés...

***Le magasin offre chaque jour un choix différent,
L'approvisionnement étant lié aux productions pédagogiques des ateliers.***

| Date | Service | Brasserie | Restaurant Application | Restaurant Initiation 1 | Restaurant Initiation 2 |
|------------------------|----------|--|--|---|-------------------------|
| Lundi 23/09/2019 | Déjeuner | | <p>Mise en bouche en finger food.</p> <p>Fraîcheur de crevettes condimentée au Cucurma, yaourt acidulé et roquette.</p> <p>Selle d'agneau rôtie rosée à la méridionale, jus court, crème d'ail rose de Lautrec, pressée de légumes rôtis et polenta aux olives noires.</p> <p>Tourtière croustillante aux pommes rôties, crème glacée vanille.</p> <p>20€ TTC HORS BOISSONS.</p> | <p>Croustade feuilletée aux légumes et champignons.</p> <p>Gigolette de volaille farcie, juste rôtie, Mille feuilles de pommes charlotte et potiron.</p> <p>Riz à l'impératrice, coulis de framboise.</p> <p>16€ TTC VERRE DE VIN ET CAFE COMPRIS</p> | |
| Lundi 23/09/2019 | Diner | | <p>Gaspacho tomate ananas, huile à la verveine.</p> <p>Pavé de cabillaud rôti en croute d'herbes, fenouil au caramel d'orange et sauce vierge au chorizo.</p> <p>Suprême de pintade au gingembre, girolles caramélisées et crème d'oignon.</p> <p>Figur rôtie au miel et glace au pain d'épice.</p> <p>28€ TTC HORS BOISSONS.</p> | | |
| Mardi 24/09/2019 | Déjeuner | | <p>Tartare de saumon, salades mêlées, pomme verte et croûtons Ou</p> <p>Oeuf mollet et brunoise de légumes aux épices, coulis de poivron rouge Pavé de saumon sauté à l'unilatéral, beurre safrané à l'orange, carottes au miel et riz arlequin Ou</p> <p>Suprême de volaille sautée, crème de chorizo, ragout de fève Crème renversée au caramel, poire pochée, tuile dentelle Ou</p> <p>Tartelette feuilletée aux figues, glace vanille.</p> <p>20€ TTC HORS BOISSONS.</p> | | |
| Mardi 24/09/2019 | Diner | | | | |
| Mercredi 25/09/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i> | <p>Tomate Monégasque, petite salade.</p> <p>Tajine d'agneau aux abricots – semoule et légumes croquants en ratatouille.</p> <p>Tarte aux poires aux amandes, sauce caramel.</p> | | |
| Mercredi 25/09/2019 | Diner | | <p>Amuse-bouche : Roulés de volaille au jambon cru sur chutney de poire.</p> <p>Crème de panais et de cèpes aux châtaignes, huile de piment d'Espelette.</p> <p>Filet de daurade ou daurade rôtie au céleri, carotte et raisin.</p> <p>Tarte à la rhubarbe, au raisin muscat et sa crème à la mélisse.</p> <p>28€ TTC HORS BOISSONS.</p> | | |
| Jeudi 26/09/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i> | <p>Tartare de saumon sur lit d'avocat.</p> <p>Ballotine de volaille sauce champignon, pommes cocotte, oignons glacés.</p> <p>Dessert des pâtissiers;</p> | | |
| Jeudi 26/09/2019 | Diner | | <p>Cuisine méditerranéenne</p> <p>Trilogie d'amuse-bouche.</p> <p>Soupe crémeuse de crustacés aux parfums anisés, croûtons ailés, rouille.</p> <p>Ris de veau croustillants, purée de pois cassés, cèpes et marrons rôtis.</p> <p>Tartelette aux agrumes, sorbet citron.</p> <p>28€ HORS BOISSONS.</p> | | |
| Vendredi 27/09/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i> | <p>Tarte de légumes au saint nectaire – salade de pommes de terre aux herbes et pignons.</p> <p>Lapereau à la coriandre, frites de polenta.</p> <p>Pain perdu crème glacée à la vanille.</p> | <p>BISTRO</p> <p>Salade fraîcheur et rillette au Thon.</p> <p>Escalope de volaille panée sauce robert, flan de légumes.</p> <p>Pomme rôtie bonne femme sur biscuit breton.</p> <p>12€ HORS BOISSONS.</p> | |

| Date | Service | Brasserie | Restaurant Application | Restaurant Initiation 1 | Restaurant Initiation 2 |
|------------------------|----------|---|---|---|-------------------------|
| Lundi 30/09/2019 | Déjeuner | | <p>Quelques acrias de morue pour accompagner l'apéritif.</p> <p>Tartare de thon et avocat au citron vert, salades mélées, vinaigrette aux tomates confites.</p> <p>Colombo de porc et légumes au lait de coco, riz créole.</p> <p>Crème passion banane, croustillant aux épices, sorbet passion.</p> <p>20€ TTC HORS BOISSONS</p> | <p>Gâteau d'asperges vertes, mesclun aux noix.</p> <p>Souris d'agneau braisée au curry, chutney de mangues, pilaf de petit épeautre aux raisins et coco.</p> <p>Cerises Jubilée.</p> <p>16€ TTC VERRE DE VIN ET CAFE COMPRIS.</p> | |
| Lundi 30/09/2019 | Diner | | | | |
| Mardi 01/10/2019 | Déjeuner | <p>CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i></p> <p>Mousse d'avocat au crabe et coulis de tomates fraîches.</p> <p>Truite sautée grenobloise et son assortiment de légumes vapeur.</p> <p>Saint Honoré (Nouvelle version).</p> | <p>Caviar d'aubergines et croûtons aillés pour accompagner l'apéritif.</p> <p>Pithiviers de légumes d'été, coulis de tomates.</p> <p>Ou</p> <p>Comme une Salade Niçoise à l'œuf poché et jambon de Pays.</p> <p>Pavé de maigre rôti, pistou, escalivade de légumes à la catalane et riz noir. Ou</p> <p>Filet de poulet sauté aux olives, gratin de haricots verts, riz noir.</p> <p>Tartelette aux agrumes, sorbet citron. Ou</p> <p>Panna cotta aux fruits rouges</p> <p>20€ TTC HORS BOISSONS.</p> | | |
| Mardi 01/10/2019 | Diner | | | | |
| Mercredi 02/10/2019 | Déjeuner | <p>CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i></p> <p>Saumon à la Parisienne.</p> <p>Filet de canard à l'orange,</p> <p>Pommes cocotte et mousseline de carotte.</p> <p>Fondant au chocolat et sa glace vanille.</p> | | | |
| Mercredi 02/10/2019 | Diner | | | | |
| Jeudi 03/10/2019 | Déjeuner | <p>CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i></p> <p>Salade chinoise aux crevettes et noix de cajou.</p> <p>Tajine d'agneau aux abricots, semoule.</p> <p>Desserts des pâtissiers.</p> | | | |
| Jeudi 03/10/2019 | Diner | | <p>Cuisine méditerranéenne</p> <p>Trilogie d'amuse-bouche.</p> <p>Soupe crémeuse de crustacés aux parfums anisés, croûtons aillés, rouille.</p> <p>Ris de veau croustillants, purée de pois cassés, cèpes et marrons rôtis.</p> <p>Tartelette aux agrumes, sorbet citron.</p> <p>28€ HORS BOISSONS.</p> | | |
| Vendredi 04/10/2019 | Déjeuner | <p>CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i></p> <p>Œuf en deux cuissons fricassées de champignons – Niçoise.</p> <p>Epaule d'agneau braisée gratin de macaroni.</p> <p>Nougat glacé.</p> | | <p>BISTRO</p> <p>Avocat aux crevettes sauce cocktail.</p> <p>Truite aux amandes et pommes persillées.</p> <p>Choux à la crème caramélisé.</p> <p>12€ HORS BOISSONS.</p> | |

| Date | Service | Brasserie | Restaurant Application | Restaurant Initiation 1 | Restaurant Initiation 2 |
|------------------------|----------|---|---|--|--|
| Lundi 07/10/2019 | Déjeuner | | <p>Mise en bouche en finger food.</p> <p>Fraîcheur de crevettes condimentée au Cucuruma, yaourt acidulé et roquette.</p> <p>Selle d'agneau rôtie rosée à la méridionale, jus court, crème d'ail rose de Lautrec, pressée de légumes rôtis et polenta aux olives noires.</p> <p>Tourtière croustillante aux pommes rôties, crème glacée vanille.</p> <p>20€ TTC HORS BOISSONS.</p> | | <p>Tomates cœur de bœuf mozzarella vinaigrette huile d'olive balsamique et basilic.</p> <p>Suprême de volaille sauté jus de volaille au citron et au thym purée de légumes (pommes de terre + céleri).</p> <p>Clafoutis aux poires caramel beurre salé.</p> <p>16€ VERRE DE VIN ET CAFE COMPRIS.</p> |
| Lundi 07/10/2019 | Diner | | <p>Gaspacho tomate ananas, huile à la verveine.</p> <p>Pavé de cabillaud rôti en croûte d'herbes, fenouil au caramel d'orange et sauce vierge au chorizo.</p> <p>Suprême de pintade au gingembre, girolles caramélisées et crème d'oignon.</p> <p>Figue rôtie au miel et glace au pain d'épice.</p> <p>28€ TTC HORS BOISSONS.</p> | | |
| Mardi 08/10/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i> <p>Mouclade des boucholeurs en cassolette.</p> <p>Escalope de veau aux morilles à la crème, purée de pomme de terre tradition.</p> <p>Tarte fine au citron, meringuée, sur coulis de fruit rouge.</p> | <p>Tartare de saumon, salades mêlées, pomme verte et croûtons Ou</p> <p>Oeuf mollet et brunoise de légumes aux épices, coulis de poivron rouge Pavé de saumon sauté à l'unilatéral, beurre safrané à l'orange, carottes au miel et riz arlequin Ou</p> <p>Suprême de volaille sautée, crème de chorizo, ragout de fève Crème renversée au caramel, poire pochée, tuile dentelle</p> <p>Ou</p> <p>Tartelette feuilletée aux figues, glace vanille.</p> <p>20€ TTC HORS BOISSONS.</p> | | |
| Mardi 08/10/2019 | Diner | | | | |
| Mercredi 09/10/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i> <p>Terrine de chèvre aux pignons et herbes fraîches, coulis de tomates.</p> <p>Lotte à l'armoricaine, riz aux petits légumes.</p> <p>Profiteroles au chocolat.</p> | | | |
| Mercredi 09/10/2019 | Diner | | <p>Amuse-bouche : Moules au jus safrané façon : bourride.</p> <p>Oeuf poché sur crème de lentilles verte, petit croutons et salade d'herbes fraîches.</p> <p>Canard poêlé glacé au miel et ses champignons sauvages, blettes et fruits rouges.</p> <p>Charlotte chocolat et poire caramélisée, crème vanille.</p> <p>28€ HORS BOISSONS.</p> | | |
| Jeudi 10/10/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i> <p>Bavarois de tomate, vierge de tomate, tuile au parmesan.</p> <p>Filet de canette à l'orange, gratin Dauphinois.</p> <p>Dessert des pâtissiers.</p> | | | |
| Jeudi 10/10/2019 | Diner | <p>Amuse-bouche : Bouchées de poires confites au porto et roquefort aux noix.</p> <p>Oeuf mollet frit et croustillant, jus court de volaille, cèpes sautés en persillade.</p> <p>Suprême de pintade laquée au miel, compotée de pomme du Vigan et flan de légumes saisonniers.</p> <p>Tarte au chocolat et fruits rouges sur coulis crème à la menthe fraîche.</p> <p>24€ TTC HORS BOISSONS</p> | | | |
| Vendredi 11/10/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : <i>Propositions du chef :</i> <p>Cassolette de moule à la fondue d'endive, marinière aux épices – Niçoise.</p> <p>Carbonade de bœuf.</p> <p>Baba au rhum.</p> | | <p>BISTRO</p> <p>Moules marinières à la julienne de champignon et de céleri « bonne Femme ».</p> <p>Côte de porc sautée Robert et ses purées de légumes (pomme de terre, carottes et brocolis).</p> <p>Tarte fine aux fruits de saison.</p> <p>12€ HORS BOISSONS.</p> | |

| Date | Service | Brasserie | Restaurant Application | Restaurant Initiation 1 | Restaurant Initiation 2 |
|---------------------|----------|---|---|---|---|
| Lundi 14/10/2019 | Déjeuner | | <p>Quelques acras de morue pour accompagner l'apéritif. Tartare de thon et avocat au citron vert, salades mélées, vinaigrette aux tomates confites.</p> <p>Colombo de porc et légumes au lait de coco, riz créole.</p> <p>Crème passion banane, croustillant aux épices, sorbet passion.</p> <p>20€ TTC HORS BOISSONS</p> | | <p>Feuilleté au chèvre mesclun à l'huile de noix et vinaigre de cidre pommes et noix.</p> <p>Côtes de porc sauté en croûte d'herbes gratin dauphinois jus court.</p> <p>Salade de fruits frais sirop à la vanille.</p> <p>16€ VERRE DE VIN ET CAFE COMPRIS.</p> |
| Lundi 14/10/2019 | Diner | | <p>Croquette de chèvre frais, mâche et grenade.</p> <p>Chou-rave et Granny Smith en remoulade au wasabi, petits coquillages au citron confit.</p> <p>Filet de biche rôti, fruits et légumes d'automne, sauce grand veneur.</p> <p>Fruits flambés.</p> <p>28€ HORS BOISSONS.</p> | | |
| Mardi 15/10/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : Propositions du chef : Tartelette provençale et sa glace au poivron doux. Poulet sauté aux écrevisses Riz pilaf. Gratin de poire et framboises Sur sabayon. | <p>Caviar d'aubergines et croûtons alliés pour accompagner l'apéritif. Pithiviers de légumes d'été, coulis de tomates. Ou Comme une Salade Niçoise à l'œuf poché et jambon de Pays. Pavé de maigre rôti, pistou, escalivade de légumes à la catalane et riz noir. Ou Filet de poulet sauté aux olives, gratin de haricots verts, riz noir. Tartelette aux agrumes, sorbet citron. Ou Panna cotta aux fruits rouges</p> <p>20€ TTC HORS BOISSONS.</p> | | |
| Mardi 15/10/2019 | Diner | | <p>Amuse bouche finger food. Fraîcheur de crevettes condimentée au Curcuma, yaourt acidulé et roquette ou Tartare de saumon.</p> <p>Cuisse de canette fondante laquée ou Magret (2 pers) cuit rose à basse T°, les abattis confits sur petite salade mélangée, gâteau de pommes de terre soufflée au foie gras et jus de canard corsé comme à Bigorre.</p> <p>Tartelette chocolat Guayaquil et crème princesse Moka ou Mille feuille vanille Bourbon Tradition.</p> <p>28€ HORS BOISSONS.</p> | | |
| Mercredi 16/10/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : Propositions du chef : Terrine aux deux saumons et salade croquante. Râble de lapereau farci dijonnaise, gratin dauphinois et poêlée de champignons. Miroir au citron et son coulis. | | | |
| Mercredi 16/10/2019 | Diner | | <p>Amuse-bouche : Blanc de poireaux au curry et safran et sa remoulade de bouchot.</p> <p>Œufs pochés au foie gras, crème de châtaigne et cèpes sautés sur croutons.</p> <p>Canette poêlée et son fond servi, panais, betterave et acidulé de coing.</p> <p>Charlotte framboise-chocolat et sa crème aux noix.</p> <p>28€ HORS BOISSONS.</p> | | |
| Jeudi 17/10/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : Propositions du chef : Velouté de moules au curry façon Olivier Roellinger. Osso bucco revisité, le jarret longuement braisé et reconstitué, tagliatelles. Dessert des pâtissiers, | | | |
| Jeudi 17/10/2019 | Diner | Amuse-bouche : Croquette de carotte et butternut sur coulis de roquette. Filets de truite rôtie en croustillant aux noix et crème de coco. Suprême de volaille fermière, sauce au Saint Chinian, darpin de pommes de terre et d'artichaut. Entremet de châtaigne, chocolat et ananas. <p>24€ TTC HORS BOISSONS</p> | <p>Variations automnales</p> <p>Amuse-bouche autour d'un buffet de charcuteries.</p> <p>Noix de Saint-Jacques juste snackées, mousseline de patate douce au riz-el-hanout, émulsion coriandre-citron vert.</p> <p>Fillet de chevreuil au genivière, vin d'épices aux châtaignes, petite chartreuse aux légumes.</p> <p>Tartelette au chocolat, crème glacée vanille, tuiles au grué de cacao.</p> <p>28€ HORS BOISSONS.</p> | | |
| Vendredi 18/10/2019 | Déjeuner | CARTE BRASSERIE... et : Propositions du chef : Crêpe de pommes de terre aux crevettes. Crêpinette de truite à la reinette et aux noisettes. Ananas caramélisé glace à la vanille. | | BISTRO Tarte à l'oignon doux des Cévennes sur sa crème. Poulet sauté basquaise riz créole. Salade de fruits à la menthe et glace vanille. <p>12€ HORS BOISSONS.</p> | |