

FORMATION CONTINUE

CUISINE / SERVICE / RESTAURATION COLLECTIVE
HYGIENE / ENTRETIEN DES LOCAUX



**Réservation souhaitée
avant 11 heures chaque jour**

Maison Familiale Rurale Trun-Argentan
73 Route de Mauvaisville
61 200 ARGENTAN
02.33.35.75.76

mfr.trun@mfr.asso.fr
www.trun.mfr.fr

Menus du restaurant pédagogique & du self pédagogique

MFR TRUN-ARGENTAN

Site d'Argentan



De février 2020 à juillet 2020



Dans notre restaurant et notre self pédagogique, les apprenants sont mis en condition réelle de service pour parfaire leur formation. Le restaurant et le self sont donc des outils pédagogiques qui permettent aux stagiaires de CAP ou TITRE dans les métiers de la restauration d'approfondir leur apprentissage.

Le restaurant pédagogique et le self pédagogique :

- **L'excellence du geste professionnel...**
- **L'occasion de venir à la rencontre de stagiaires passionnés par leur futur métier...**

Les menus présents dans cette plaquette pour l'année 2020 sont donnés à titre indicatifs. En effet, les produits sont susceptibles de changer en fonction des approvisionnements et des progressions pédagogiques.

Tarifs et menus de groupe à partir de 10 personnes proposés sur demande (repas de fin d'année, entre collègues, entre amis...)

- JUILLET 2020 -

Mercredi 01 juillet (S)

Tarte aux légumes
Escalope à la crème,
Flan de champignon
Mousse au chocolat

Jeudi 02 juillet (R)

Asperge blanche et mousseline
Emincé de bœuf et pommes cuites en robe des champs
Dessert autour du beignet

Lundi 06 juillet (R)

MENU D'EXAMEN*

Afin de respecter le référentiel en vigueur, nous ne prendrons que les réservations suivantes :

- 4 tables de 2 personnes
- 4 tables de 4 personnes

*plus d'information sur demande

Jours d'ouverture

Restaurant pédagogique (R): Le plus souvent le mardi midi et le jeudi midi

Self pédagogique (S): Le plus souvent le mercredi midi

Horaire d'accueil

De 12h00 à 13h30

Réservations

L'accès au restaurant et au self se font sur réservation dans la mesure des places disponibles.

Par téléphone au : 02.33.35.75.76

Prix des repas

Formule « **Restaurant** » (R) à **12€** : entrée, plat, fromage, dessert et café

Formule « **Self** » (S) à **8 €** : entrée, plat, fromage, dessert et café

- FÉVRIER 2020 -

Mardi 26 février (R)

Menu NORMAND

Mercredi 27 février (R)

Menu NORMAND

- JUIN 2020 -

Mardi 16 juin (R)

Salade américaine
Suprême de volaille en habit de chou, Quinoa façon pilaf
Bavarois vanille et café

Mercredi 17 juin (S)

Macédoine de légumes mayonnaise
Poulet rôti, Pommes de terre et céleri rave écrasés
Crème brûlée

Jeudi 18 juin (R)

Avocat aux crevettes
Navarin aux pommes
Jalousie à la crème d'amande

Mardi 23 juin (R)

Crudités variées
Filet de veau rôti, Endive braisée et Gnocchi aux champignons
Tarte fine aux pommes

Mercredi 24 juin (S)

Gnocchi à la romaine
Pintade poêlée et riz pilaf
Crème renversée au caramel

Jeudi 25 juin (R)

Œuf frit au bacon
Lotte à l'américaine
Gratin de légumes
Tarte citron meringuée

Mardi 30 juin (R)

Bavarois de céleri rave
Poulet sauté aux champignons
Tian de légumes
Baba au rhum chantilly



- JUIN 2020 -

Mardi 02 juin (R)

Asperge verte et œuf poché
Carré de porc poêlé,
Panaché de légumes
Macaron aux fruits

Mercredi 03 juin (S)

Talmouse en tricorne
Lasagne
Charlotte aux poires

Jeudi 04 juin (R)

Tarte fine de maquereau à l'esca-
bèche
Osso bucco à la provençale
Jardinière de légumes
Soufflé chaud à la rhubarbe

Mardi 09 juin (R)

Ravioles à la viande
Pavé de saumon aux fines herbes
Champignons de paris sautés
Tarte aux pommes à l'alsacienne

Mercredi 10 juin (S)

Panaché de légumes à la grecque
Filet mignon en feuilletage,
Pommes de terre sautées à cru
Paris-Brest

Jeudi 11 juin (R)

Terrine de lapin
Truite meunière,
Etuveé de poireaux en julienne
Tarte tropézienne

- MARS 2020 -

Mardi 03 mars (R)

Crème de panais
Côtes de porc charcutière, purée de
brocolis
Charlotte aux pommes

Jeudi 05 mars (R)

Œuf poché aux champignons
Paleron de bœuf braisé, gratin de
pommes de terre
Savarin et salade de fruits

Mardi 31 mars (R)

Tartare de bœuf
Mousseline de poisson, gratin de
légumes
Tarte au citron

- AVRIL 2020 -

Mercredi 01 avril (S)

Crème de potiron
Filet de poisson meunière,
Mousseline de céleri
Panacotta vanille, crème de
pêche

Jeudi 02 avril (R)

Œuf mollet florentine
Steak grillé et pommes allumettes
Poire Belle Hélène

Mardi 07 avril (R)

Crème Dubarry
Carré d'agneau rôti,
Gratin provençal
Bavarois framboise

Mercredi 08 avril (S)

Œuf cocotte à la crème
Côte de porc charcutière,
Pomme purée
Charlotte aux poires

Jeudi 09 avril (R)

Tartare de saumon
Fricassée de veau,
Légumes anciens en jardinière
Financiers à l'orange

Mercredi 15 avril (R)

Œuf au plat au jambon
Risotto aux crevettes et champignons
Tarte Bourdaloue

Jeudi 16 avril (R)

Allumette aux anchois
Veau marengo, pomme à l'anglaise
Œuf à la neige

- MAI 2020 -

Mardi 12 mai (R)

Mousse de céleri rave
Dos de cabillaud en papillote,
Purée saint germain
Coulant tiède au chocolat

Mercredi 13 mai (S)

Allumette au fromage
Aiguillette de volaille sautées,
Emincé de légumes à l'étouffée
Chou à la crème pâtissière

Jeudi 14 mai (R)

Bisque de homard
Dorade Royale « façon provençal » et Gratin dauphinois
Crème brûlée

Mardi 19 mai (R)

Salade type niçoise
Contrefilet rôti, Pommes Anna
Génoise au chocolat, crème anglaise

Mercredi 20 mai (S)

Quiche lorraine
Steak au poivre, Pommes château
Moka

Mardi 19 mai (R)

Œuf farci Chimay
Cuisse de canard façon civet,
Purée de panais
Tarte à l'orange

Mercredi 20 mai (S)

Assortiment de crudités
Croustillant de saumon,
Carottes et petits oignons glacés
Pot de crème

Mardi 26 mai (R)

Tartine de caviar d'aubergine
Curry de veau, Pommes fondantes
Tarte tatin

Mercredi 27 mai (S)

Gaspacho
Pavé de poisson pané,
Poêlée de légumes
Tarte aux fruits pochés

Jeudi 28 mai (R)

Crème de poivron jaune
Fricassée de volaille et riz créole
Mousse au chocolat

