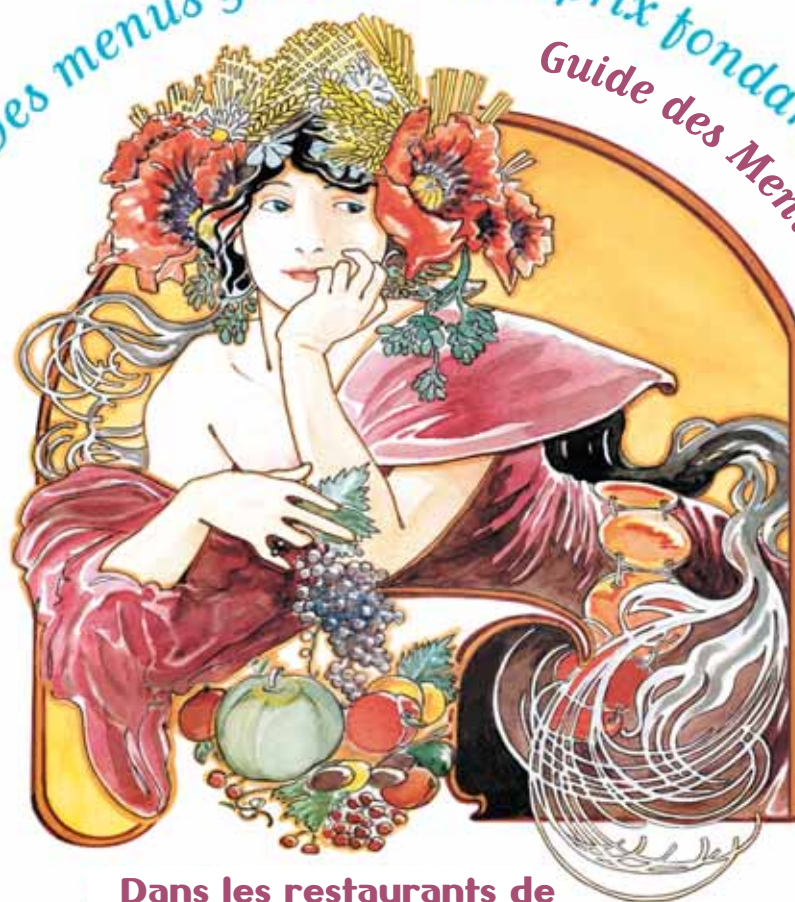


Le Printemps des Saveurs[®]

**Du jeudi 19 au
dimanche 22 mai 2011**

*Des menus gourmands à prix fondants !
Guide des Menus*



Dans les restaurants de

**SIX FOURS LES PLAGES
LA SEYNE SUR MER
OLLIOULES**



Les Restaurants en Fête

à Six Fours les Plages..... p4

à La Seyne sur Mer..... p32

à Ollioules..... p46

Horaires d'ouverture des Accueils de l'Office du Tourisme de l'Ouest Var

Six Fours les Plages - Plage de Bonnegrâce

Juillet et août

Du lundi au samedi et jours fériés : 9h-13h et 14h-19h • Dimanche : 10h-13h

Avril, mai, juin et septembre

Du lundi au vendredi : 9h-12h et 14h-18h • Samedi et jours fériés : 9h-12h et 14h-17h30

Octobre à mars

Du lundi au vendredi : 8h45-12h et 14h-17h30 • Samedi et jours fériés : 9h-12h et 14h-17h

Tél. : 04 94 07 02 21 - Fax : 04 94 25 13 36

Mail : tourisme@six-fours-les-plages.com

La Seyne sur Mer - Les Sablettes

Juillet et août

Du lundi au samedi et jours fériés : 9h-13h et 14h-19h • Dimanche : 10h-13h

Avril, mai, juin et septembre

Du lundi au vendredi : 9h-12h et 14h-18h • Samedi et jours fériés : 9h-12h et 14h-17h30

Octobre à mars

Du lundi au vendredi : 8h45-12h et 14h-17h30 • Samedi et jours fériés : 9h-12h et 14h-17h

Tél. : 04 98 00 25 70 - Fax : 04 98 00 25 71

Mail : info@ot-la-seyne-sur-mer.fr

La Seyne sur Mer - La Navale - Parc de La Navale

Ouvert toute l'année

Du mardi au samedi : 9h-12h et 14h-17h

Ollioules - Centre ville

Juillet et août

Du lundi au samedi et jours fériés : 9h-12h et 15h-19h

Avril, mai, juin et septembre

Du lundi au vendredi : 9h-12h et 14h-18h • Samedi et jours fériés : 9h-12h et 14h-17h30

Octobre à mars

Du lundi au vendredi : 8h45-12h et 14h-17h30 • Samedi et jours fériés : 9h-12h et 14h-17h

Tél. : 04 94 63 11 74 - Fax : 04 94 63 33 72

Mail : info@tourisme-ollioules.com

www.tourisme-ouestvar.com



Le Printemps des Saveurs®

**Du jeudi 19 au
dimanche 22 mai 2011**

**Organisé à Six Fours les Plages, La Seyne sur Mer et Ollioules
par l'Office du Tourisme de l'Ouest Var.**

Chacun dans leur restaurant,
**41 chefs vous accueillent pour vous régaler avec
des menus gourmands à prix fondants.**

Voici une occasion savoureuse
**d'apprécier le savoir-faire
de nos chefs !**

**Pensez à réserver votre table
et surtout...
bon appétit !**

Six Fours les Plages

Les Restaurants en Fête

P 6	A Casa Corsa
P 7	(L')Avenir Café chez Campo
P 8	(Le) Bistro du Dauphin
P 9	Bistro Frégate
P 10	Brasserie le Sud
P 11	(La) Brise Plage
P 12	(Le) Campanile
P 13	(La) Cidrerie
P 14	Crêperie des Iles
P 15	(Le) Drakkar
P 16	(La) Grange aux Crêpes
P 17	(L')Idéal du Ch'ti
P 18	(Les) Jardins d'Anglise
P 19	Jo Pétard
P 20	(Le) Loft
P 21	Lou Figuier
P 22	(Le) Mañana
P 23	Matalvyn
P 24	M Café
P 25	(La) Moulière
P 26	(La) Plage
P 27	(Le) Repère
P 28	(Au) Royaume de la Bouillabaisse
P 29	(La) Vague
	Sur l'île des Embiez :
P 30	(Le) Barbecue

Dates de participation

Prix Menu

..... jeudi 19 et vendredi 20 (midi et soir), samedi 21 (soir) et dimanche 22 mai (midi) . . .	32 €
..... jeudi 19 et vendredi 20 mai (midi)	19,90 €
..... jeudi 19 au samedi 21 (midi et soir) et dimanche 22 mai (midi)	26 €
..... jeudi 19 au samedi 21 mai (midi)	33 €
..... jeudi 19 (midi et soir), vendredi 20 au dimanche 22 mai (midi)	32 €
..... jeudi 19 au samedi 21 (midi et soir) et dimanche 22 mai (midi)	28 €
..... jeudi 19, samedi 21 et dimanche 22 (midi et soir), vendredi 20 mai (soir) . . .	15,90 €
..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)	13 €
..... jeudi 19 (midi), vendredi 20 et samedi 21 mai (midi et soir)	24 €
..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)	28 €
..... vendredi 20 au dimanche 22 mai (midi et soir)	13,50 €
..... jeudi 19 au samedi 21 (midi et soir) et dimanche 22 mai (midi)	23 €
..... jeudi 19 au samedi 21 (midi et soir) et dimanche 22 mai (midi)	36 €
..... jeudi 19 au samedi 21 mai (midi et soir)	21 € et 26 €
..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)	30 €
..... jeudi 19 au samedi 21 (soir) et dimanche 22 mai (midi)	30 €
..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (soir)	28 €
..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)	25 €
..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)	28 €
..... jeudi 19 (midi et soir), vendredi 20 et samedi 21 mai (soir)	35 €
..... jeudi 19 mai (midi et soir)	25 €
..... jeudi 19 (soir) et dimanche 22 mai (midi et soir)	25 €
..... jeudi 19 au samedi 21 mai (midi et soir)	30 €
..... jeudi 19 et samedi 21 (midi et soir), vendredi 20 (soir) et dimanche 22 mai (midi) . . .	35 €
..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi)	28,50 €

jeudi 19 et vendredi 20
(midi et soir), samedi 21 (soir)
et dimanche 22 mai (midi)

A Casa Corsa

90, rue de la République
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 07 10 48

Menu à 32 €

Kir à la châtaigne



Tapenades



Assortiment de mets corse
(Coppa, lonzu, saucisson, omelette menthe, brocciu,
cake au figatellu, daube de porcelet, I verrine "découverte", salade)



Fromage



Fiadone

ou

Flan châtaigne



I verre de vin corse - Rouge ou Rosé - 13°

jeudi 19
et vendredi 20 mai (midi)

L'Avenir Café chez Campo

69, Rue de l'Avenir ou 85, Rue du Commerce - ZI Les Playes

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 10 51 11

Menu à 19,90 €

Punch maison avec sa tapenade



Brouillade d'oursins

ou

Salade de poulpe

ou

Tomate mozzarella basilic



Tartare de bœuf préparé minute

ou

Petits farcis de Provence maison

ou

Un loup entier meunière "riz et légumes"



Duo de fromages sur lit de salade



Dessert au choix parmi notre panel



Un verre de rouge ou de rosé 12° AOC



Café Lavazza



Animation : surprise !

jeudi 19 au samedi 21
(midi et soir)
et dimanche 22 mai (midi)

Le Bistro du Dauphin

36, Square des Bains - Promenade Charles de Gaulle

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 07 61 58

Menu à 26 €

Planteur



Salade du Terroir

(foie de volaille, croûtons, foie gras, œufs de caille)



Côte d'agneau en croûte, sauce aux épices,
pommes de terre sautées provençales

ou

Croustillant de loup frais aux deux sauces,
timbale riz et ratatouille



Gaufre chantilly et fraises fraîches



Vin en pot (coteaux varois)

jeudi 19 au
samedi 21 mai (midi)

Bistro Frégate

933, Promenade Charles de Gaulle

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 07 76 12

Menu à 33 €

Cocktail du Bistro

ou

Kir à la fraise des bois



Foie gras cuit par nos soins à la fleur de sel
et son chutney d'ananas au gingembre, pain brioché

ou

Croustade de rougets et saint-jacques,
Caviar d'aubergines, rouge et blanc d'endives



Carré d'agneau laqué au vin de Bandol,
accompagné de son gratin dauphinois et de légumes du jour

ou

Filet de loup rôti, caviar de légumes, coulis de crustacés



Dessert du pâtissier



Café

jeudi 19 (midi et soir),
vendredi 20 au dimanche 22 mai
(midi)

Brasserie Le Sud

136, Promenade Charles de Gaulle

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 07 16 02

Menu à 32 €

Pressé de rouget et tomate en terrine



Jeudi : Daube de bœuf

Vendredi : Aioli provençale,

Samedi : Gigot d'agneau aux senteurs de nos collines

Dimanche : Bourride de lotte



Petit chèvre à l'huile d'olive et herbes provençales



Crème brûlée à la lavande



Vin de pays : 1/4 par personne



Café

jeudi 19 au samedi 21
(midi et soir)
et dimanche 22 mai (midi)

La Brise Plage

1, Corniche de la Coudoulière
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 34 61 27

Menu à 28 €

Assortiment de confections maison
(Cake aux légumes, flan d'aubergines)

ou

Tartare aux deux saumons



Brochettes de poulet, sauce satay

ou

Corbeille de fajitas de poulpe cuit au vinaigre balsamique



Panna cotta à la mangue

ou

Infusion de fruits exotiques à la menthe fraîche, sorbet citron vert



Café expresso, croquants aux amandes



Vin inclus dans le menu (25 cl par personne)
Domaine de Clair Este (Vin de pays du Var) blanc, rouge, rosé

jeudi 19, samedi 21 et
dimanche 22 (midi et soir),
vendredi 20 mai (soir)

Le Campanile

Hôtel restaurant

Lieu dit Bassaquet

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 63 30 30

Menu à 15,90 €

Buffet de hors d'œuvre



Pintade et son jus



Buffet de desserts

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

La Cidrerie

92, Promenade Charles de Gaulle

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 25 29 83

Menu à 13 €

Kir breton



Crêpe salée complète



Crêpe dessert : Pointe du Raz



Verre de vin rouge ou rosé



Café ou déca

jeudi 19 (midi),
vendredi 20 et samedi 21 mai
(midi et soir)

Crêperie des Iles

22, Quai de la Prud'homie
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 34 04 50 / 06 98 43 88 00

Menu à 24 €

Kir au cidre à la crème de mûre, amuse-bouches



Galette : Balinaise

(Emincé de poulet cuisiné à la sauce saté,
oignons confits, poivrons, emmental et cacahuètes)

ou

Hudson

(Galette roulée aux magrets de canard fumé,
salade et caviar de tomate séchée)



Crêpe dessert : Irrésistible

(Marmelade d'orange, chocolat noir, cannelle, flambée Grand Marnier)

ou

Panama

(Glace café, raisins au rhum, Bailey's, chantilly)



Bolée de cidre doux ou brut



Café

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

Le Drakkar

Promenade Charles de Gaulle

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 25 82 97

Menu à 28 €

Kir



Tartare de noix de saint-jacques, parmesane de légumes

ou

“Hamburger gourmand” (magret de canard rôti,
compotée d'oignons, copeaux de foie gras et caviar de cèpes)

ou

Quenelles de tourteaux et son coulis de crustacé



Ragoût de lotte à l'ancienne

ou

Tournedos de bœuf déglacé au vin de provence

ou

Dos de loup grillé et son velouté d'asperges



Tiramisu maison

ou

Coupe de glace

ou

Glacé de pain d'épices des Antilles



Café

vendredi 20 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

La Grange aux Crêpes

Quai St Pierre - Le Brusc
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 34 04 69

Menu à 13,50 €

Kir breton



Galette paysanne

ou

Galette saint-jacques et sa fondue de poireaux



Crêpe pommes - cannelle

ou

Crêpe caramel - beurre salé

jeudi 19 au samedi 21
(midi et soir)
et dimanche 22 mai (midi)

L'Idéal du Ch'ti

16, Rue République
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 88 79 38

Menu à 23 €

Cocktail



Salade Ch'ti (au Maroilles)



Patatière à la carbonade
ou
Patatière fromage



Délice au speculoos



1/4 de vin du pays



Café

jeudi 19 au samedi 21
(midi et soir)
et dimanche 22 mai (midi)

Les Jardins d'Anglise

945, Avenue Maréchal Juin
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 98 19 70

Menu à 36 €

Pétillant de saison



Pressé de canard confit et foie gras à la noisette,
vinaigrette à la truffe, pissenlit sauvage



Dos de merlu en crumble d'herbes provençales,
Risotto "Carnaroli" aux asperges vertes



Variation de fromages du Haut-Var



Biscuit rouge passion, premières fraises,
crème glacée vanille-gingembre

jeudi 19 au samedi 21
(midi et soir)

Jo Pétard

340, Boulevard des Écoles
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 07 22 31

Menu Pizzaiolo à 21 €

Salade verte



Pizza toulonnaise à la daube de poulpe



Ile flottante



1 verre de vin, rouge, rosé ou blanc

Menu Jo Pétard à 26 €

Assiette du berger



Pieds paquets à la marseillaise



Tarte tatin



1 verre de vin, rouge, rosé ou blanc

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

Le Loft

Corniche de La Coudoulière
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 74 02 39 ou 06 21 24 78 34

Menu à 30 €

Foie gras maison



Côte de veau à l'italienne



Assortiment de fromage



Gratin de fruits frais



Côtes de Provence



Café

jeudi 19 au samedi 21 (soir)
et dimanche 22 mai (midi)

Lou Figuiier

43, Rue Marius Bondil - Le Brusc

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 34 00 29

Menu à 30 €

Apéritif maison



Salade de poulpes frais au basilic
ou
Sardines confites à l'ail et à la coriandre



Encornets frais farcis à la provençale



Tarte surprise aux poires et aux amandes

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(soir)

Le Mañana

Port de La Coudoulière
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 07 02 18

Menu asiatique à 28 €

Salade Yuuyake



Magret de canard au miel et 4 épices chinoises



Douceur de mousse asiatique aux 3 fruits



I verre de vin AB

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

Matalvyn

70, rue de la Citadelle - Le Brusc

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 34 01 21

Menu à 25 €

Kir + amuse-bouches



Soupe de poissons maison



Dorade à la crème de pistou sur lit de légumes



Crème brûlée à la pistache



Café

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

M Café

33, Rue de la Citadelle
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 74 90 90

Menu à 28 €

Sangria



Ardoise de jambon ibérique (découpé selon les règles de l'art)



Duo de tartares poêlés aux saveurs italiennes et espagnoles
ou

Conchiglioni farcis à l'ibérique (Daube et Chorizo)



Ardoise de fromages typiques
(Cabrales, Parmigiano Reggiano, Ossau Iraty, Mozzarella di Buffala)

ou

Arroz con leche (riz au lait des Asturies)



1 verre (rouge, rosé ou blanc) de Rioja



Café



Animation le jeudi soir :
Découpe du jambon ibérique selon les règles de l'art

jeudi 19 (midi et soir),
vendredi 20 et samedi 21 mai (soir)

La Moulière

31, Rue de la République
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 25 52 31

Menu à 35 €

Kir



Assiette de la mer
(Gambas grillées, saumon au citron et aneth, moules gratinées)



Fricassée de souris d'agneau printanière



Fondant au chocolat



1/4 de vin "Allée du Clos" de Carcès



Café

jeudi 19 mai
(midi et soir)

La Plage

302, Corniche du Cros - Le Brusac

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 10 60 50

Menu à 25 €

Anchoïade provençale



Bourride méditerranéenne



Crème brûlée à la lavande



**Animation : Présence d'un boulanger
et d'un représentant du vignoble
du Domaine de l'Île des Embiez**

jeudi 19 (soir) et
dimanche 22 mai (midi et soir)

Le Repère

326, Promenade Charles de Gaulle
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 07 15 84 - 06 75 06 06 33

Menu à 25 €

Kir figues



Petits farcis du Repère :
Tomates cocktails et minis courgettes du pays au four préparées
avec une farce au chèvre frais et au pistou



Carré d'agneau rôti au romarin
accompagné de sa purée au chèvre et d'une poêlée de légumes du soleil



Farandole de desserts :
Dégustations de miniatures aux saveurs du Sud



Un bouteille de vin pour quatre personnes
Domaine de l'Angueiroun



Animation le jeudi soir : Piano bar

jeudi 19 au samedi 21 mai
(midi et soir)

Au Royaume de la Bouillabaisse

Presqu'Île du Gaou
83140 SIX FOURS LES PLAGES
Tél. : 04 94 34 00 40

Menu à 30 €

Vin de pêche ou citron



Moules gratinées
ou
Gratin saint-jacques



Daurade avec sa cassolette



Dessert du jour (4 au choix)



Vin du pays



Nespresso

jeudi 19 et samedi 21
(midi et soir), vendredi 20 (soir),
et dimanche 22 mai (midi)

La Vague

Promenade Charles de Gaulle

Plage de Bonnegrâce

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 07 01 73

Menu à 35 €

Légumes méditerranéens grillés

avec 1 verre de Château Les Valentines "La gourmande" 2007



Espadon rôti et ses petits légumes de saison

avec 1 verre de "8" by Château Les Valentines 2008



Méli mélo de fruits glacés à la figue

avec 1 verre de blanc aromatisé à la poire

jeudi 19 au
dimanche 22 mai (midi)

Le Barbecue

Ile des Embiez

83140 SIX FOURS LES PLAGES

Tél. : 04 94 34 83 02

Menu à 28,50 €

Apéritif Longo Mai



Foie gras mi-cuit maison



Papillottes de la mer au basilic



Velours chocolat caramel



Vin du Domaine des Embiez



La Seyne sur Mer

Les Restaurants en Fête

P 34	<i>Blue Hôtel - Restaurant</i>
P 35	<i>(Le) Carré Plage</i>
P 36	<i>Crêperie Le Rouet</i>
P 37	<i>(Le) Farfalle</i>
P 38	<i>(La) Frégate</i>
P 39	<i>(La) Jetée</i>
P 40	<i>(Le) Miramar</i>
P 41	<i>(La) Paillette chez Flo</i>
P 42	<i>(Les) Palmiers</i>
P 43	<i>Pizzeria de Fabrégas Chez Lionel</i>
P 44	<i>(La) Toquade</i>
P 45	<i>(La) Vague d'Or</i>

Dates de participation

Prix Menu

<i>jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)</i>	32 €
<i>..... jeudi 19 et vendredi 20 mai (midi)</i>	20 €
<i>..... jeudi 19 au samedi 21 mai (midi et soir)</i>	14,70 € et 19 €
<i>..... vendredi 20 et samedi 21 mai (midi)</i>	10,50 €
<i>..... jeudi 19 au samedi 21 (midi et soir) et dimanche 22 mai (midi)</i>	30 €
<i>..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)</i>	35 €
<i>..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi)</i>	16,50 €
<i>..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)</i>	28 €
<i>..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)</i>	26 €
<i>..... jeudi 19 (midi et soir) et vendredi 20 au dimanche 22 mai (midi)</i>	26 €
<i>..... jeudi 19 au samedi 21 (midi et soir) et dimanche 22 mai (midi)</i>	24 €
<i>..... jeudi 19 au dimanche 22 mai (midi et soir)</i>	28 €

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

Blue Hôtel - Restaurant

759, Avenue Salvador Allende

83500 LA SEYNE SUR MER

Tél. : 04 94 94 82 82

Menu à 32 €

Crème de moule de Tamaris en cappuccino



Tartare de thon aux légumes printaniers



Trou provençal :

Granité au parpaillou

(amandine + muscade baume de Venise + glace poire)



Épaule d'agneau de 5 heures aux morilles, barigoule provençale



Désir rouge (fraises macérées au sucre huile d'olive
+ citron, olives blanchies confites) + glace vanille



1 verre de vin



Mignardises : Macarons

jeudi 19 et vendredi 20 mai
(midi)

Le Carré Plage

Parc paysager F. Braudel - Les Sablettes

83500 LA SEYNE SUR MER

Tél. : 04 94 90 09 43

Menu à 20 €

Salade de supions au pesto ou pressé d'asperges au Banyuls,
espuma de citron



Tajine de veau au miel, citron, amandes,
garniture semoule aux mendiants

ou

Ballotin de gambas émulsion au soja, garniture pleurottes,
fricassée de pommes de terre rate



Capuccino de fraises au Carambar

ou

Panacotta à la lavande et son coulis de fruits rouges



Domaine de Grand Pré - Côtes de Provence AOC

1 verre pour entrée + 1 verre pour le plat (rouge, rosé ou blanc)



Café



**Animation : Dégustation avec un viticulteur
du Domaine Grand Pré**

jeudi 19 au samedi 21 mai
(midi et soir)

Crêperie le Rouet

6 ter, Rue Cyrus Hugues
83500 LA SEYNE SUR MER
Tél. : 04 94 94 10 31

**Menu à 14,70 € le midi
et 19 € le soir**

Kir maison



I galette jusqu'à 9 € 60



I crêpe dessert jusqu'à 9 € 80



I verre de vin
ou
I bolée de cidre



Café

vendredi 20 et samedi 21 mai
(midi)

Le Farfalle

20, Avenue Faidherbe
83500 LA SEYNE SUR MER
Tél. : 04 94 94 81 95

Menu à 10,50 €

Formule du jour
(3 choix de plat du jour)



Dessert maison
(12 choix)



1 verre de vin (rouge ou rosé)

jeudi 19 au samedi 21
(midi et soir)
et dimanche 22 mai (midi)

La Frégate

20, Quai Hoche
83500 LA SEYNE SUR MER
Tél. : 04 94 94 84 71

Menu à 30 €

Kir royal maison



Salade "Frégate"



Bavette aux herbes de Provence, gratin dauphinois,
poêlée de courgettes et tomates provençales



Assiette de fromages



Tarte tatin maison



1 verre de vin



1 café



Digestif offert

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

La Jetée

71, Avenue de la Jetée
83500 LA SEYNE SUR MER
Tél. : 04 94 94 18 07

Menu à 35 €

Apéritif au choix



Marbré de lapereau aux pignons de pins et romarin



Minestrone de légumes au pistou, filets de rougets à la plancha



Tiramisu à la provençale, aux mûres et Ricard



Café

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi)

Le Miramar

Esplanade Henri Bœuf - Les Sablettes

83500 LA SEYNE SUR MER

Tél. : 04 94 87 30 77

Menu à 16,50 €

Anchoïade et ses petits légumes



Poisson selon le marché et sa ratatouille



Ile flottante
ou
Tarte



1/4 de vin

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

La Paillette chez Flo

Avenue de la Jetée - St Elme

83500 LA SEYNE SUR MER

Tél. : 04 94 71 04 82

Menu à 28 €

Kir pêche de vigne



Tartare de thon aux agrumes



Filet de rougets safranés



Mousse croquante au café et pomme caramélisée



Un verre de vin Domaine de l'île de Porquerolles (AOC)



Café

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

Les Palmiers

149, Chemin Rey - Les Sablettes

83500 LA SEYNE SUR MER

Tél. : 04 94 94 92 31

Menu à 26 €

Cocktail maison



Palette de Léonie aux saveurs provençales
(échantillon de plats régionaux)



Bouchée provençale

jeudi 19 (midi et soir) et
vendredi 20 au dimanche 22 mai
(midi)

Pizzeria de Fabrégas
Chez Lionel

Plage de Fabrégas
83500 LA SEYNE SUR MER
Tél. : 04 94 87 79 47

Menu à 26 €

Apéritif



Salade italienne avec anti-pasti



Escalope de veau bocconchini avec gnocchis frais



Tiramisu maison

jeudi 19 au samedi 21
(midi et soir)
et dimanche 22 mai (midi)

La Toquade

10, Avenue de la Plage - Mar Vivo
83500 LA SEYNE SUR MER
Tél. : 04 94 87 26 44

Menu à 24 €

Kir royal à la rose ou Arack (pastis libanais)



Taboulé, purée de pois chiche, caviar d'aubergine

ou

Feuilles de vignes farcies

(tendres feuilles de vignes farcies de riz et de viande d'agneau)



Kafta avec salade libanaise et moujadra

(viande de boeuf hachée et pétrie avec oignon et persil
et reformée en boulette cuite en brochette, accompagnée
d'une salade de crudités assaisonnée de citron, huile d'olive et ail)

Le Moujadra (prononcer Mjadra)

est un plat typique du Moyen Orient à base de lentilles,
de blé concassé (boulgour) et d'oignons frits

ou

Brochette de gambas sauce tartor

(sauce à base de crème de sésame assaisonnée de citron ail et persil)



Coupe Marmita

(glace au halva, vanille, arrosé de crème de rose et chantilly)

ou

Café gourmand

jeudi 19 au dimanche 22 mai
(midi et soir)

La Vague d'Or

Promenade J. Charcot - Les Sablettes

83500 LA SEYNE SUR MER

Tél. : 04 94 94 80 00

Menu à 28 €

Cocktail "Beaux jours"



Tartare d'espadon au combawa,
vinaigrette d'herbes fraîches, croustillant aux cinq épices



Coeur de rumsteak fourré d'une compotée de figes et romarin,
jus de veau à la badiane



Fraîcheur de printemps
(crème ivoire et sa gelée de citron vert,
fine couche de chocolat blanc et fraises du moment)



Café

Ollioules

Les Restaurants en Fête	Dates de participation	Prix Menu
P 47 <i>(Le) Flash Back</i>	<i>jeudi 19 au samedi 21 mai (midi)</i>	18 €
P 48 <i>(Le) Jungle Café</i>	<i>jeudi 19 (midi et soir), vendredi 20 et samedi 21 mai (soir)</i>	25 €
P 49 <i>Nature et Bio</i>	<i>jeudi 19 au samedi 21 mai (midi et soir)</i>	25 €
P 50 <i>(La) Remise</i>	<i>vendredi 20 (midi) et samedi 21 mai (midi et soir) sur réservation</i>	22 €

Ollioules

jeudi 19 au samedi 21 mai
(midi)

Le Flash Back

950, Route de la Gare

83190 OLLIOULES

Tél. : 04 94 63 27 98

Menu à 18 €

Kir



Aïoli



Plateau de fromages



Ile flottante



1/4 de vin



Café

jeudi 19 (midi et soir),
vendredi 20 et samedi 21 mai (soir),
réservation obligatoire !

Le Jungle Café

Résidence Les Moulins - 20, Chemin de la Baume

83190 OLLIOULES

Tél. : 06 24 62 24 16 ou 04 94 63 30 75

Menu "à la Découverte des Îles" à 25 €

Mojito à la fraise



Salade crevettes et samoussas



Poulet coco à la réunionnaise



Bonheur des vahinés



Café

jeudi 19 au samedi 21 mai
(midi et soir)

Nature et Bio

1256, Avenue Jean Monnet

83190 OLLIOULES

Tél. : 04 94 25 78 08

Menu bio à 25 €

Thé glacé bio



Salade Makis bio



Loup grillé

ou

Filet de bœuf feuilleté bio



Dessert aux choix bio



1 verre de vin bio Domaine Bunan ou Domaine Lolicé bio



Malongo bio

vendredi 20 (midi) et
samedi 21 (midi et soir) mai
sur réservation !

La Remise

Ferme auberge

Route de Sanary

83190 OLLIOULES

Tél. : 04 94 94 58 48

Menu à 22 €

Terrine de légumes du moment réduction balsamique



Spirale de poisson du jour, jus au safran d'Ollioules



Fromage de chèvre affiné par nos soins




Crumble framboise et fruits secs



BROCHURE DISPONIBLE DANS NOS ACCUEILS

Vos loisirs à prix privilégié



**Amusez
vous !**

OFFICE DU TOURISME DE L'OUEST VAR ***
3 points de vente



www.tourisme-ouestvar.com

Six fours les plages

Promenade G^e de Gaulle
Plage de Bonnégrâce

04 94 07 02 21

La Seyne sur Mer

Corniche Georges Pompidou
Les Sablettes

04 98 00 25 70

Ollioules

117, av. P. de Hautecloque
Centre ville

04 94 63 11 74

Des menus gourmands à prix fondants !

Les Restaurants en Fête

à Six Fours les Plages :

- A Casa Corsa
- (L')Avenir Café chez Campo
- (Le) Bistro du Dauphin
- Bistro Frégate
- Brasserie le Sud
- (La) Brise Plage
- (Le) Campanile
- (La) Cidrerie
- Crêperie des Iles
- (Le) Drakkar
- (La) Grange aux Crêpes
- (L')Idéal du Ch'ti
- (Les) Jardins d'Anglise
- Jo Pétard
- (Le) Loft
- Lou Figuier
- (Le) Mañana
- Matalvyn
- M Café
- (La) Moulière
- (La) Plage
- (Le) Repère
- (Au) Royaume de la Bouillabaisse
- (La) Vague

Sur l'île des Embiez :

- (Le) Barbecue

à La Seyne sur Mer :

- Blue Hôtel - Restaurant
- (Le) Carré Plage
- Crêperie Le Rouet
- (Le) Farçalle
- (La) Frégate
- (La) Jetée
- (Le) Miramar
- (La) Paillotte chez Flo
- (Les) Palmiers
- Pizzeria de Fabrégas Chez Lionel
- (La) Toquade
- (La) Vague d'Or

à Ollioules :

- (Le) Flash Back
- (Le) Jungle Café
- Nature et Bio
- (La) Remise



OFFICE DU TOURISME DE L'OUEST VAR

**SIX FOURS LES PLAGES
04 94 07 02 21**

**LA SEYNE SUR MER
04 98 00 25 70**

**OLLIOULES
04 94 63 11 74**

Consultez les menus en ligne : www.tourisme-ouestvar.com

