



Menu du mois de juillet 2020

Nom :

VOS PLATS 100% FRAIS ET FAITS MAISON
LIVRÉS DIRECTEMENT À VOTRE DOMICILE OU VOTRE TRAVAIL

Formules :	Plat	Potage + Plat	Plat + Dessert	Potage + Plat + dessert	Plat XXL
Livraisons :	Mois complet	Du lundi au vendredi	Ou cocher les cases des jours de livraisons souhaités. Pour un plat de remplacement indiquer un R1 ou R2 dans la case.		

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Menu de fête nationale : - Cassolette de poisson Ostendaise - Magret de canard, sauce cassis, chicon et duo de purées - Mousse chocolat & Baileys, galettes au beurre et poires 25€ - A réserver au plus tard le 15 juillet		01 - Vichyssoise - Pâtes boulettes, champignons, paksoi et asperges - Donuts cheesecake	02 - Soupe tomates - Chicon au gratin - Ananas caramélisé	03 - Crème de poulet - Waterzooi de poisson à la flamande - Canelé bordelais	04 - Vert - Pain de viande, compote, purée - Mousse au citron	05 - Carottes - Fricassée de porc Archiduc, pdt persil. - Tiramisu spéculoos
06 - Soupe à l'oignon - Cocotte de poulet à la bière Chimay bleue, pdt - Yaourt aux fruits	07 - Chef - Hamburger feta, provençale et grenailles au four - Pudding vanille	08 - Céleri-rave - Américain, frites, salade composée - Salade d'agrumes	09 - Epinards - Boeuf aux échalotes à la gueuze, pdt - Muffin myrtilles	10 - Salsifis - Lasagne au poisson - Salade de pêches et nectarines	11 - Rouge - Boulettes sauce tomates, champis et purée - Cake citron	12 - Crème de cresson - Filet de dinde à l'orange, riz aux raisins - Pomme au spéculoos
13 - Poivrons doux - Bouchée à la reine, purée. - Pastei de nata	14 - Velouté de courgettes - Petits farcis provençaux, riz - Far breton	15 - Jardinier - Stoemp lardons, poireaux, petit salé - Crème caramel	16 - Chou-fleur - Filet pur, haricots, sc madère, pdt - Boding bruxellois	17 - Poireaux - Boulettes de poisson, sc tomate, pâtes grecques - Rocher coco	18 - Orange - Cordon bleu, petits pois, carottes et pdt - Jalousie Abricots	19 - Estival - Brochette de bœuf, ratatouille, duo de purées. - Trifle aux myrtilles
20 - Mexicaine - Couscous de poulet aux abricots - Madeleine	21 - Crème de chicons - Waterzooi gantois A ou Tomates crevettes B - Mousse au chocolat et crumble de cacao	22 - Julienne - Macaroni Jambon, fromage, champignons - Gaufre de Liège	23 - Gaspacho (F) - Paëlla Valenciana (sans poisson) - Crème catalane	24 - Cerfeuil - Gratin de chicons aux crevettes, purée - Mousse Nutella	25 - Blanc - Rôti, salsifis crème, pdt risolées - Feuilleté pommes	26 - Fenouil - Carbonades estivales aux herbes fraîches - Tiramisu citron vert et fraises
27 - Salade - Blanquette de volaille, riz - Compote de pommes et cannelle	28 - Patron - Boulettes à la bière, curry et tomate, pdt - Fontainebleau	29 - Minestrone - Emincé de volaille rôtie, carbonara, pâtes - Crème chocolat	30 - Concombre (F) - Salade liégeoise - Flan pâtissier	31 - Curry, coco - Saumon à l'oseille, brocolis, pdt persillées - Salade de fruits	Nous sommes là pour vous faire plaisir ! Envie d'un plat que vous n'avez plus mangé depuis longtemps, un plat qui vous rappelle l'enfance, ... communiquez le nous lors de notre passage, nous essayerons de le mettre au menu. Les plats surlignés en jaune sont les plats demandés et suggérés par nos clients alors n'hésitez pas à nous faire part de votre envie ...	

Plats de remplacement (R) et soupers (S) : (R1) Pain de viande, compote, pdt – (R2) Lasagne maison - (R3) Melon, jambon italien, salade composée et pain **ou en souper (S1)**
NOUVEAU : Possibilité de vous faire livrer en même temps que votre dîner un plat froid pour votre souper accompagné de pain au prix de 5,00 €. Ce mois-ci, nous vous proposons soit : **Melon, jambon italien, salade composée (S1)** soit **Œufs à la russe (S2)** ou **Pêches au thon (S3)**. Indiquez S1, S2 ou S3 dans la case du jour souhaité.



A la demande de plusieurs, nous vous proposons un plat froid par semaine en remplacement du plat chaud :
Semaine du 01 au 05 Poire au crabe, crudités (E1) – Semaine du 06 au 12 Salade piémontaise (E2) – Semaine du 13 au 19 – Assiette ardennaise, crudités (E3) – Semaine du 20 au 26 Salade niçoise (E4) et semaine du 27 au 31 Salade grecque (E5) – Indiquez E1, E2, E3, E4 ou E5 dans la case du jour souhaité. (Livré avec pain).



Livraison de repas à domicile sains, frais et faits maison du lundi au vendredi

TRAITEUR

Rue de Namur-Perwez 90 B à La Bruyère

Nous n'utilisons que des **produits frais** (non issus de l'industrie). Tous nos plats sont cuisinés maisons à base d'aliments sains. Nous privilégions les produits belges et locaux (agriculteurs, producteurs et commerçants d'ici) et nous espérons vous apporter du plaisir gustatif



- ❖ Potage **1,50 €**
- ❖ Plat **6,90 €**
- ❖ Dessert **1,50 €**
- ❖ Potage + plat + dessert = ~~9,90 €~~ = **9,50 €**



- ❖ Envie de plus...

Possibilité de commande à l'unité (Paiement cash ou carte Bancontact).

Votre fidélité récompensée :

REDUCTIONS

5% par commande de 20 plats/mois

10% par commande du mois complet



LIVRAISONS GRATUITES :

Eghezée, Gembloux, La Bruyère, Namur,
Perwez, Floreffe, Erpent et Jambes. (les lundis, mercredis et vendredis)



RESERVATIONS ET RENSEIGNEMENTS :

TEL : 081/ 13.60.73

E-mail : Info@frais-maison.be

Réservations : min.2 jours ouvrables avant le jour de livraison.

L'équipe à votre service : Ugo Giarratana et Pascal de Prémoré.