

F R E S H
T R A I T E U R

NOS PLATEAUX-REPAS

FRAIS • FAIT MAISON
• DE SAISON •

LAXOU • NANCY



DES PLATEAUX-REPAS

POUR TOUTES VOS ENVIES

Des recettes faites maison, élaborées au fil des saisons pour vous proposer des plateaux-repas gourmands, variés et adaptés à toutes les envies.



NOS MENUS FROIDS



VIANDE



POISSON



VÉGÉTARIEN



3 menus disponibles,
renouvelés tous les 6 semaines



NOS MENUS À RÉCHAUFFER



VIANDE



POISSON



VÉGÉTARIEN



3 menus disponibles,
renouvelés tous les 6 semaines



LES MENUS DU MOMENT

2 recettes éphémères renouvelées toutes les 3 semaines.

Pour profiter encore davantage des produits et inspirations de saison.

NOS MENUS PERMANENTS



VÉGÉTARIEN



VIANDE



POISSON



FROID



CHAUD



MENUS FROIDS



VÉGÉTARIEN

ENTRÉE

SALADE DE POLENTA GRILLÉE,
CHAMPIGNONS PERSILLÉS, COMTÉ,
POUSSES D'ÉPINARDS & OIGNONS
ROUGES

PLAT

FALAFELS DE LENTILLES CORAIL, SAUCE BLANCHE,
BOULGOUR & CRUDITÉS DE SAISON

DESSERT

CAKE AU CITRON & PAVOT



VIANDE

ENTRÉE

CÉLERI RÉMOULADE REVISITÉ,
POMME VERTE ET NOIX

PLAT

POULET RÔTI, SAUCE AU FROMAGE BLANC ET
AUX HERBES, SALADE DE HARICOTS VERTS,
POMMES DE TERRE & LARDONS

DESSERT

FONDANT AU CHOCOLAT, CARAMEL & CHOUCHOUS
GRILLÉS



POISSON

ENTRÉE

SALADE DE LENTILLES, POIRE, ROQUEFORT,
GRENADE & OIGNONS ROUGES

PLAT

SAUMON GRILLÉ AU SOJA, TABOULÉ
D'AUTOMNE AU CHOU-FLEUR, POIS CHICHES
GRILLÉS, FETA, OIGNONS ROUGES, GRENADE
& COURGES RÔTIES

DESSERT

CHEESECAKE AU CARAMEL & SPÉCULOOS



MENUS À RÉCHAUFFER



VÉGÉTARIEN

ENTRÉE

POIREAUX FONDANTS, SAUCE GRIBICHE AUX
HERBES FRAÎCHES

PLAT

COUSCOUS VÉGÉTARIEN D'AUTOMNE

DESSERT

MOUSSE AU CHOCOLAT



VIANDE

ENTRÉE

TARTELETTE AU CHÈVRE, FIGUE RÔTIE,
NOIX & MIEL

PLAT

CHILI CON CARNE & RIZ PARFUMÉ

DESSERT

TIRAMISU POIRE &
CHOCOLAT



POISSON

ENTRÉE

QUICHE AUX CHAMPIGNONS PERSILLÉS & COMTÉ

PLAT

PARMENTIER DE POISSON À LA COURGE

DESSERT

CRUMBLE POMME-CANNELLE



LES MENUS DU MOMENT

2 recettes qui changent tous les 21 jours



VIANDE



POISSON



VÉGÉTARIEN



PÉRIODE 1 • SEMAINES 05/10 AU 23/10



MENU VIANDE À RÉCHAUFFER

ENTRÉE

Quiche lorraine

PLAT

Cannellonis à la bolognaise

DESSERT

Verrine façon Mont-Blanc, crème de
marrons, chantilly mascarpone &
meringue croquante



MENU POISSON

ENTRÉE

Salade de quinoa, courge rôtie,
fêta, concombre & oignons rouges

PLAT

Poké bowl au saumon grillé
(version végétarienne
au tofu grillé)

DESSERT

Flan pâtissier



PÉRIODE 2 • SEMAINES 26/10 AU 13/11



MENU POISSON À RÉCHAUFFER

ENTRÉE

Salade de coleslaw

PLAT

Lasagnes au saumon
& épinards

DESSERT

Riz au lait &
caramel beurre salé



MENU VIANDE

ENTRÉE

Brocolis rôtis, pois chiches grillés,
pickles d'oignons rouges & aneth
citronné

PLAT

Bowl de magret de canard,
perles, champignons persillés,
mozzarella & radis croquants

DESSERT

Brookie

MODALITÉS

Tout ce qu'il faut savoir pour passer commande



COMMANDE

Passez votre commande
au minimum **72 h à l'avance.**



freshtraiteurnancy@gmail.com



07 86 11 24 97

Pour toute demande à moins de 72 h,
nous proposons un plateau repas selon
nos arrivages et disponibilités.



Annulation : aucune annulation ne pourra être
acceptée à moins de **48 h** avant
la livraison ou le retrait.

COMPOSEZ VOTRE COMMANDE

Afin de garantir la fraîcheur de nos préparations,
d'optimiser notre production et de limiter le gaspillage
alimentaire, le nombre de menus au choix dépend du nombre de
plateaux commandés.

1 à 5
plateaux

1 menu au choix

6 à 16
plateaux

Jusqu'à **2 menus choisis**

17 et +
plateaux

Jusqu'à **3 menus choisis**

Cette organisation nous permet de garder des produits
frais, une qualité constante et une préparation réalisée
dans les meilleures conditions.



NOS PLATEAUX



MENU FROID

18,50 € HT
/ personne



MENU À RÉCHAUFFER

19,50 € HT
/ personne

INCLUS & EN SUPPLÉMENT



Pain frais



Bouteille d'eau
1,50 € HT



Kit de couverts
éco-conçus



Portion de fromage
1,50 € HT



LIVRAISON

0 À 15 KM

14,40 € TTC

16 À 30 KM

30 € TTC

31 À 60 KM

50 € TTC

DISTANCES CALCULÉES AU DÉPART DE NOTRE LABORATOIRE.
AU-DELÀ DE 60 KM, DEVIS PERSONNALISÉ SUR DEMANDE.

DIMANCHE ET JOUR FÉRIÉ : +40 €
SOUS RÉSERVE DE DISPONIBILITÉ.



RETRAIT & CONSERVATION

Du lundi au vendredi,
De 8 h à 15 h.

CONSERVATION

Merci de prévoir suffisamment
d'espace au réfrigérateur pour
stocker vos plateaux-repas dès leur
réception.

BESOIN DE MATÉRIEL ?

Location de thermos isothermes :
10 € / unité.