



« La qualité, c'est  
notre métier! »

L'envie de satisfaire une clientèle de personnes actives ou, au contraire, plus sédentaires, a été à l'initiative de cette ambition.

L'envie de cuisiner mais un manque de temps. Une grande distribution qui n'offre pas de mets de qualité à des prix abordables. Une réalité qui nous empêche de nous nourrir sainement et qui a fait naître notre projet.

Nous privilégions les circuits courts pour nos matières premières, en utilisant des produits frais et locaux que nous cuisinons avec passion.

Dès le lendemain matin de votre commande, nous vous livrons les repas à domicile!

Que demander de plus?

---

0488 283777 - mealandgo@gmail.com

«Meal and go!» est une succursale de L'Angèle - Service traiteur  
Impasse du parc 25, 5620 - Florennes  
TVA BEO677.429.291



Goûtez nos  
produits  
frais

## Meal & Go!

---

# Service de repas à domicile

---

0488 283777

## Semaine du 05/08 au 11/08

- Lun:** Potage jardinier (9)  
Crêpinette - Pommes persillées - Salade (3)
- Mar:** Potage aux carottes  
Cordon bleu - Grenailles - Salsifis (1, 7)
- Mer:** Potage aux poireaux  
Rôti de dindonneau - Croquettes - Compote
- Jeu:** Potage aux choux  
**Plat froid:** terrine de campagne - Pommes de terre - Tomates (1)
- Ven:** Potage aux pois cassés  
Pennes saumon-brocoli (1, 3, 4, 7)
- Sam:** Soupe du marché (9)  
Pain de viande - Pommes de terre - Petits pois et carottes (1)
- Dim:** Potage aux navets  
Palette à la diable - Röstis - Salade (7, 10)

## Semaine du 12/08 au 18/08

- Lun:** Potage à la tomate  
Burger de bœuf maître d'hôtel - Pommes nature - Haricots tomates
- Mar:** Soupe Crécy  
**Plat froid:** Roulades d'asperges - Pdt - Œufs à la mayonnaise (3)
- Mer:** Potage maraicher (9)  
Lard grillé - Potée aux oignons
- Jeu:** Crème faubone (7)  
Boulets à la Liégeoise - Grenailles - Salade (1)
- Ven:** Potage Dubarry (7)  
Filet de sole au cerfeuil - Pommes au four (4, 7)
- Sam:** Potage florentin  
Steak suisse - Pommes nature - Courgettes (1)
- Dim:** Minestrone (9)  
Blanc de poulet Sambre et Meuse - Croquettes - Tomates cuites (1, 7)

## Semaine du 19/08 au 25/08

- Lun:** Soupe aux brocolis  
Boudin blanc - Pommes en quartiers - Compote
- Mar:** Julienne de légumes (9)  
Jambon grillé sauce Blackwell - Pommes nature - Choux de Bxl
- Mer:** Soupe aux haricots  
Vol-au-vent - Purée (1, 7)
- Jeu:** Potage aux navets  
Courgette farcie - Pommes nature (1, 4)
- Ven:** Potage cultivateur (9)  
Tanagra de cabillaud - Pommes au four - Salade (1, 3, 4)
- Sam:** Potage cerfeuil  
Lard grillé - Rata de carottes (7)
- Dim:** Soupe aux choux  
Macaronis jambon-fromage (7)

## Semaine du 26/08 au 01/09

- Lun:** Potage aux courges  
Saucisse de campagne - Rata de haricots (1, 7)
- Mar:** Soupe à l'oignon  
Brochette de dinde - Grenailles - Choux-fleur (1, 7)
- Mer:** Potage aux pois  
Rôti de porc aux olives - Croquettes - Salade (3)
- Jeu:** Potage aux navets  
Burger d'agneau - Gratin dauphinois - Salade (1, 3, 7)
- Ven:** Bouillon (9)  
Tomates crevettes roses - Pommes de terre (2, 10)
- Sam:** Potage maraicher (9)  
Merguez - Pommes de terre - Poivrons grillés
- Dim:** Soupe au cerfeuil  
Poulet aigre-doux - Nouilles (6)

1. Céréales  
contenant  
du gluten

2. Crustacés

3. Oeufs

4. Poissons

5. Arachides

6. Soja

7. Lait

8. Fruits  
à coque

9. Céleri



10. Moutarde

11. Graines  
de sésame12. Anhydride  
sulfureux  
et sulfites13. Graines  
de lupin

14. Mollusques

 BIO

## Desserts du mois:

- Lundi:** crème ou mousse 
- Mardi:** fruit
- Mercredi:** biscuit
- Judi:** pâtisserie
- Vendredi:** fruit
- Samedi:** crème ou mousse 
- Dimanche:** pâtisserie

Plat: 5,50 € - Potage: 0,90 € - Dessert: 0,80 €

Commande vivement souhaitée **avant midi**. Nous livrons tous les jours **sauf les dimanches, les mercredis et les jours fériés**.

**Nos menus peuvent s'adapter aux plans nutritionnels des personnes suivant des régimes spécifiques. Nous proposons également des plats végétariens.**

**Attention!** Nos préparations sont susceptibles de contenir des allergènes, veuillez consulter la liste ci-dessus.