



« La qualité, c'est  
notre métier! »



Goûtez nos  
produits  
frais

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

## Meal & Go!

# Service de repas à domicile

0488 283777

## Semaine du 02/09 au 08/09

- Lun:** Potage jardinier (9)  
Omelette Mexicaine - Pommes natures (3, 9)
- Mar:** Potage aux carottes  
Saucisse au fromage - Pommes au four - Carottes au thym (3, 7)
- Mer:** Potage aux poireaux  
**Plat froid:** Pain de viande - Pommes de terre - Salade de tomate - Œuf (1,3)
- Jeu:** Potage aux choux  
Émincés de porc Shangai - Nouilles (3, 5, 6, 9)
- Ven:** Potage aux pois cassés  
Truite au four - Riz - Salade gourmande (4)
- Sam:** Soupe du marché (9)  
Spaghetti bolognaise (1, 3)
- Dim:** Potage aux navets  
Cuisse de poulet grillée - Croquettes - Pommes cuites (1)

## Semaine du 09/09 au 15/09

- Lun:** Potage à la tomate  
Burger Hawaï - Grenailles - Poêlée de légumes
- Mar:** Soupe Crécy  
Sauté de veau farci en panure - Paillason de pdt - Tomates (1, 3, 7)
- Mer:** Potage maraicher (9)  
**Plat froid:** Américain - Pommes natures - Crudités (9)
- Jeu:** Crème faubone (7)  
Blanquette de dinde - Pâtes grecques (7)
- Ven:** Potage Dubarry (7)  
Scampis sautés aux poireaux - Riz (2, 7)
- Sam:** Potage florentin  
**BBQ:** Merguez et brochette - Pommes au four - Poivrons grillés
- Dim:** Minestrone (9)  
Langue de bœuf Madère - Pommes natures - Champignons

## Semaine du 16/09 au 22/09

- Lun:** Soupe aux brocolis  
Gnocchis à la carbonara (1, 3, 5, 7)
- Mar:** Julienne de légumes (9)  
Vol-au-vent - Riz (1, 7)
- Mer:** Soupe aux haricots  
Escalope de dinde panée à l'italienne - Pommes rissolées - Ratatouille (1, 9)
- Jeu:** Potage aux navets  
Roulades de chicons - Gratin dauphinois
- Ven:** Potage cultivateur (9)  
Tagliatelles aux fruits de mer (1, 2, 7)
- Sam:** Bouillon  
Tomate farcie - Riz toscan (1)
- Dim:** Soupe aux choux  
Cuisse de lapin - Pommes Duchesse - Haricots (1)

## Semaine du 23/09 au 29/09

- Lun:** Potage aux courges  
Escalope milanaise - Pennes au pesto (1, 5)
- Mar:** Soupe à l'oignon  
Boudin noir - Croquettes - Compote de pommes (1)
- Mer:** Potage aux pois  
Chili con carne - Purée (non-piquant)
- Jeu:** Potage aux navets  
Lard - Étuvée aux navets
- Ven:** Bouillon (9)  
Couscous de la mer (1, 2, 4)
- Sam:** Potage maraicher (9)  
Sauté de porc - Potée aux oignons (7)
- Dim:** Soupe au cerfeuil  
Rôti Orloff - Röstis - Petits pois et carottes (1, 7)

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.