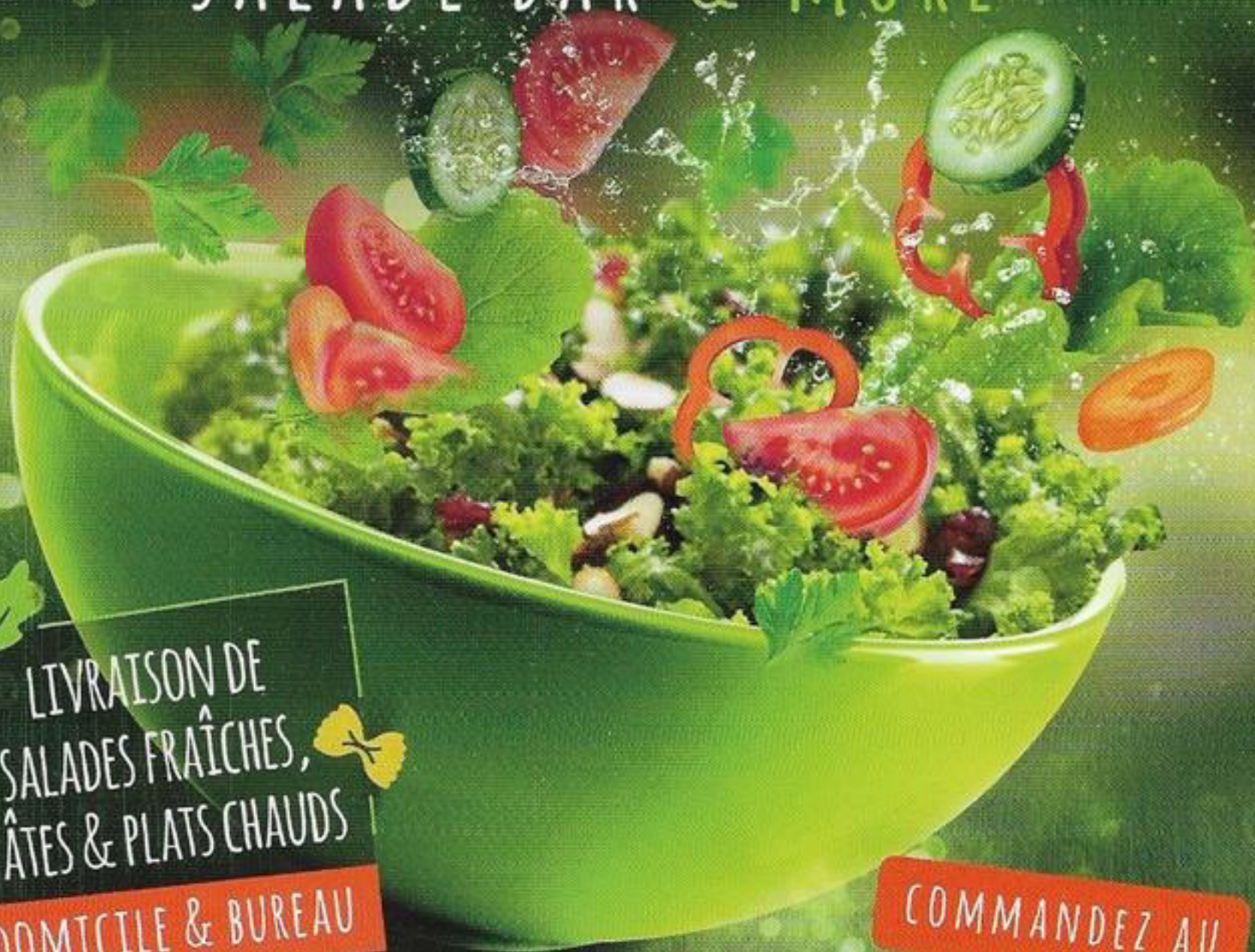




Freshheure

SALADE BAR & MORE



LIVRAISON DE
SALADES FRAÎCHES,
PÂTES & PLATS CHAUDS

DOMICILE & BUREAU

PRISE DE COMMANDES
À PARTIR DE 8H30

COMMANDEZ AU

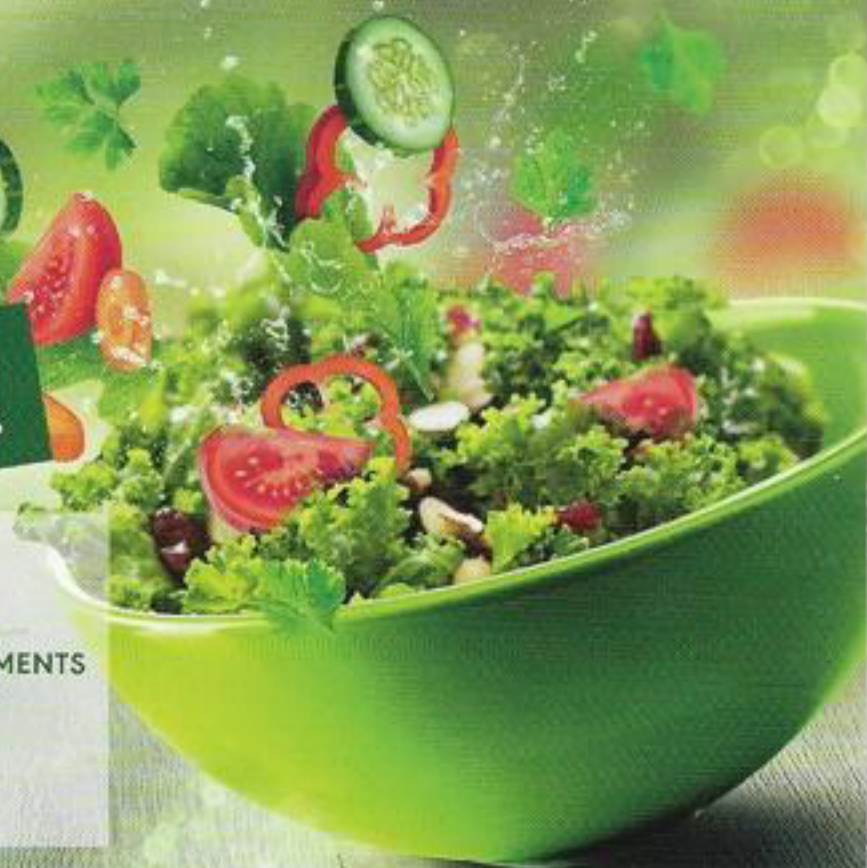
01.71.89.40.58

LIVRAISONS de 11h00 à 14h30 : ST OUEN - ST DENIS - LA PLAINE ST DENIS

PASSEZ À
L'ULTRA-FRAIS !

TESTEZ LA DIFFÉRENCE !

NOS MÉTHODES D'APPROVISIONNEMENTS
EN FLUX TENDU, NOUS PERMETTENT
DE VOUS OFFRIR CHAQUE JOUR
DES PRODUITS ULTRA-FRAIS



LES TRÉSORS DU MARAÎCHER

COMPOSEZ VOTRE SALADE

• CHOISISSEZ LA BASE DE VOTRE COMPOSITION •



BATAVIA

2,00 €



ICEBERG

2,00 €



MÂCHE

2,50 €



JEUNES POUSSÉS

2,50 €



PÂTES

2,50 €



RIZ

2,50 €

FORMULE : 9€

FORMULE : 9,50€

1 BASE + 4 TOPPINGS* + 1 DESSERT + 1 BOISSON 33CL

*4 TOPPINGS = 1 INGRÉDIENT N°1 + 1 INGRÉDIENT N°2 + 2 INGRÉDIENT N°3

• CHOISISSEZ VOS TOPPINGS •

INGRÉDIENT N°1

+ 1,50 € PAR INGRÉDIENT



COEUR
D'ARTICHAUT



TOMATES
SÉCHÉES



AVOCAT



POULET



JAMBON



MOZZARELLA



MELON



THON



FÉTA

INGRÉDIENT N°2

+ 1,00 € PAR INGRÉDIENT



SURIMI



COEUR
DE PALMIER



ANANAS



CORNICHONS



TOMATES
CERISES



POMMES
DE TERRE



RADIS



POIVRONS
FRAIS



EMMENTAL
EN DÉS



LENTILLES



GRAINES DE
QUINOA



CHOUX ROUGES
OU BLANCS



HARICOTS VERTS
OU ROUGES

INGRÉDIENT N°3

+ 0,70 € PAR INGRÉDIENT



TOMATES
FRAÎCHES



CONCOMBRE



BETTERAVES



CHAMPIGNONS
FRAIS



CAROTTES



MAÏS



OIGNONS
ROUGES



OLIVES
NOIRES



OLIVES
VERTES



OIGNONS
FRITS



CROÛTONS



RAISINS
SECS



OEUF DUR

• CHOISISSEZ UN ASSAISONNEMENT •



ASSAISONNEMENT SUPPLÉMENTAIRE + 0,50 €

COMPOSEZ VOS PÂTES CHAUDES

1 CHOISISSEZ VOS PÂTES 2,50 €



PENNE



FUSILLI



FARFALLE

2 CHOISISSEZ UNE SAUCE + 3,30 €



SAUCE 4 FROMAGES



SAUCE BOLOGNAISE



POULET CURRY



SALMON



CARBONARA



FORESTIÈRE

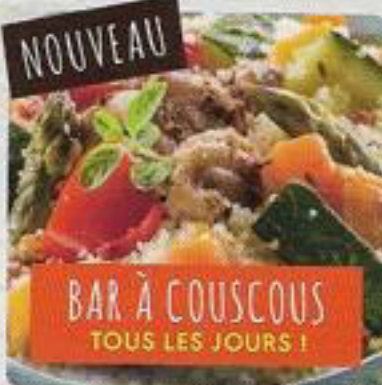


dis et de saison. Certains produits ne seront pas disponibles hors saison.

LES TRÉSORS DU MARAÎCHER

LES PLATS DU JOUR

NOUS VOUS PROPOSONS CHAQUE JOUR UN PLAT DU JOUR DIFFÉRENT
ET ÉGALEMENT UN COUSCOUS.



- **Choix de semoule**
Blé ou Orge.
- **Légumes au choix**
Courgettes / Potiron / Navets
Patates / Carottes / Pois chiches.
- **Viandes au choix**
Veau, Cuisses de Poulet,
Merguez, Boulettes de Boeuf
ou Brochettes de Poulet

SEUL : 7,90 €

FORMULE
PLAT DU JOUR
+ 1 Boisson 33cl
+ 1 Dessert : 10,90 €



SANDWICHES BAGUETTES

- **Classique** 3,20 €
Jambon Beurre / Saucisson sec beurre.
- **Mixte** 3,50 €
Jambon Emmental.
- **Crudités** 3,90 €
Poulet / Thon / Jambon / Fromage : Chèvre
ou Emmental.

SANDWICHES MOELLEUX

- **Viennois** 4,90 €
Jambon Emmental / Poulet / Thon.
- **Suédois** 4,90 €
Chèvre Noix Miel / Saumon / Poulet / Thon.
- **Wrap** 4,90 €
Jambon Emmental / Saumon
ou Chèvre Noix Miel.
- **Kapnor** NOUVEAU 5,20 €
Rosbeef Cornichons / Jambon Emmental / Thon.

SANDWICHES CHAUDS

- **Ciabatta** 4,90 €
Steak / Emincés de Poulet.
- **Panini** 4,90 €
Poulet / Jambon / 3 Fromages.
- **Tortilla** 4,90 €
Poulet / Tenders / Cordon bleu

SALÉS

- **Quiches** 3,50 €
Chèvre Epinards / Lorraine / Saumon / Comté.
- **Croque Monsieur** 3,50 €
- **Feuilleté au Comté.** 2,90 €
- **Fricassé (pain beignet)** 3,90 €
Thon & Crudités avec sauce pimenté.

DESSERTS

LES PÂTISSERIES

- Eclair Chocolat ou Café 2,20 €
- Moelleux au Chocolat 2,50 €
- Flan Nature 2,10 €
- Tartelette Citron ou Chocolat 2,50 €
- Muffins (Tout Choco / Pépites Myrtille / Fruits Rouges) 2,50 €
- Paris Brest Verrine 2,80 €

TOUS NOS DESSERTS SONT FAITS MAISON



LES DOUCEURS

- Fromage Blanc Nature 2,20 €
- Fromage Blanc + Coulis 2,50 €
- Salade de Fruits 2,70 €
- Tiramisu Maison 3,20 €
- Compote Pomme / Crumble 2,50 €
- Mousse au Chocolat 2,50 €
- Salade de Fruits MAXI 5,00 €

BOISSONS (33CL) 1,50 €



(Orange / Tropical)

(Tropical / Cassis)

(Mojito)

(Agrumes)

(Pêche)

(Fraise)

THÉ MENTHE FRAÎCHE 1,50 €



FORMULE

SALADE

- 1 Batavia ou Iceberg
- + 4 Toppings*
- + 1 Dessert
- + 1 Boisson 33cl

9,00 €

FORMULE

PÂTES

- Pâtes au Choix
- + 1 Sauce
- + 1 Dessert
- + 1 Boisson 33cl

9,50 €

FORMULE

SANDWICH

- 1 Sandwich au Choix
- + 1 Dessert
- + 1 Boisson 33cl

à partir de 6,90 €

FORMULE

PLAT DU JOUR

- 1 Plat du Jour ou 1 Couscous
- + 1 Dessert
- + 1 Boisson 33cl

10,90 €

* (1 Ingr. n° 1 + 1 Ingr. n° 2 + 2 Ingr. n° 3)

Mâche ou Jeunes pousses : 9,50 €

Freshheure

01.71.89.40.58

148, Rue du Landy - 93400 SAINT OUEN



SUIVEZ-NOUS !

OUVERT DU LUNDI AU VENDREDI

PRISE DE COMMANDES à partir de 8h30
LIVRAISONS de 11h00 à 14h30
ST OUEN - ST DENIS - LA PLAINE ST DENIS

Livraison gratuite à partir de 10€