



Nom :

Repas du mois de juillet 2021

			jeu. 01/07/2021 potage courgettes vol au vent riz biscuit	ven. 02/07/2021 potage tomates filet d'eglefin epinards purée mousse au chocolat	sam. 03/07/2021 potage cerfeuil tajine orientale semoule de blé dur fruit	dim. 04/07/2021 potage jaune jambon grillé tomates au four croquettes brésilienne
lun. 05/07/2021 potage volaille steak haché petit pois pdet yaourt	mar. 06/07/2021 potage céleri spaghetti bolo fruit	mer. 07/07/2021 potage du chef saucisse salade aux haricots blancs flan	jeu. 08/07/2021 potage julienne escalope de dinde à la provençale riz cake	ven. 09/07/2021 potage rouge pêche au thon crème chocolat	sam. 10/07/2021 potage carottes pain de viande carottes crémées pdt fruit	dim. 11/07/2021 potage froid rôti orloff poelee de légumes gratin dauphinois bavarois
lun. 12/07/2021 potage poireaux saucisse compote pdeterre yaourt	mar. 13/07/2021 potage courgettes pâtes primavera fruit	mer. 14/07/2021 potage du chef rôti de porc chou fleur pdet brownies	jeu. 15/07/2021 potage tomates poulet tikka massala riz crème vanille	ven. 16/07/2021 potage brunoise filet de poisson aux petits légumes pdet gaufre	sam. 17/07/2021 potage pois assiette froide: rillettes de volaille fruit	dim. 18/07/2021 potage vert rosbeef sauce au poivre haricots croquettes
lun. 19/07/2021 potage jaune pain de viande moutarde carottes pdet yaourt	mar. 20/07/2021 potage celeri courgettes farcie sauce tomates penne fruit	mer. 21/07/2021 potage du chef cuisses de poulet pdet crudités flan	jeu. 22/07/2021 potage cresson rôti de porc poireaux à la crème pdt liégeois	ven. 23/07/2021 potage tomates blanquette de poisson riz biscuit	sam. 24/07/2021 potage choux escalope de dinde haricots pdet fruit	dim. 25/07/2021 potage cerfeuil poulet champignons Sambre et Meuse éclair au chocolat
lun. 26/07/2021 potage volaille sauce asperges vinaigrette pdet yaourt	mar. 27/07/2021 potage courgettes lasagne bolognese fruit	mer. 28/07/2021 potage du chef boudin blanc sauce aux raisons compote pdet mousse au chocolat	jeu. 29/07/2021 potage carottes burger de boeuf poelée de courgettes à l'ail crème vanille	ven. 30/07/2021 potage rouge poisson pané épinards crème pdet muffin	sam. 31/07/2021 potage froid poulet salade aux haricots blancs fruit	

Plat de remplacement : saucisse compote pdet



Nom :

Repas du mois de juillet 2021



Nancy et Stefan Vincent

22 rue de Gembloux
5080 Rhisnes
Tél. 081 56 65 42
nancy@instantdapres.be

www.linstantdapres.be

*Nous vous livrons des repas sains et variés
du lundi au samedi (menu au verso)*

Tarifs :

- * plat : 6,50€
- * plat + potage (ou dessert) : 7,75€
- * potage + plat + dessert : 9,00€

(Réduction de 5% par commande de semaine complète)

*Livraisons sur **Namur** et alentours : les mardis, jeudis, samedis matin*

*Livraisons sur **Éghezée** et alentours : les lundis, mercredis, vendredis matin*

*Livraisons sur **La Bruyère, Gembloux** et alentours :
les lundis, mercredis, vendredis après-midi*

Réservez au plus tard la veille de votre jour de livraison avant 9h30.

Conformément à l'Arrêté royal du 13 décembre 2014 mettant en œuvre le règlement INCO (article 44) en Belgique qui vise à clarifier comment les consommateurs doivent être informés des allergènes présents dans les aliments non préemballés et devant l'impossibilité de noter, sur nos menus, tous les ingrédients susceptibles d'être allergènes, **veuillez nous signaler le fait que vous soyez allergiques à l'un ou l'autre produit en particulier.**