



**Sandwicherie**  
**Bar à soupe**  
**Petite restauration**  
*Terrasse*



Clôture des commandes à 10h30 au plus tard !

Passé ce délai, plus aucune commande ne sera acceptée. Merci de votre compréhension.  
commandes@lafringale.be

Rue Chanoine Scarmure, 74 - 7060 Soignies

Tél.: 067 55 39 93 - GSM: 0497 62 56 86

[www.lafringale.be](http://www.lafringale.be)



**Ouvert**

lundi, mardi, jeudi, vendredi

7h à 15h00

mercredi

7h à 14h00

Congés scolaires

9h à 14h00

**Fermé** samedi, dimanche et jours fériés



**Plateau sandwiches sur commande pour vos événements**

## Simplys

Jambon  
Fromage  
Filet de dinde

2,50€

Thon Mayo Maison  
Thon Pêche Maison  
Thon Cocktail Maison  
Thon Piquant Maison  
Poulet Mayo  
Poulet Curry  
Poulet Andalouse  
Salade Pita  
Américain Préparé  
Américain Martino  
Dagobert  
Rôti Moutarde

3€



## Sauces

mayonnaise, ketchup, brazil, andalouse, samouraï, bicky, cocktail, moutarde, aioli, poivre, tartare, curry ketchup, béarnaise, américaine, barbecue

## Crudités Gratuites



Base: Salade, tomate, carotte.

Cornichon, oignon vinaigré, maïs, oignon cru, œufs, concombre, roquette, chou blanc, chou rouge

## Suppléments

0,50€

**Accompagnements:** Aubergine grillée, courgette grillée, tomates séchées, mozzarella, gouda, olives

**Pain:** Multi céréales

4€



Cornet de pâtes uniquement à emporter (Sauce maison: bolo, carbo, jambon/fromage, saumon, forestière (champignon) et fermière (lardon, champignon) > supplément de 0,50€)

## Salades



(Pain à la demande)

	Small	Normal
Basic (salade, carotte, tomate, concombre, maïs, chou blanc, chou rouge)	4,50 €	6,40 €
Oëuf à la Russe (salade, carotte, tomate, concombre, maïs, chou blanc, chou rouge, oeuf, mayonnaise)	4,80 €	7,80 €
Poulet (salade, carotte, tomate, concombre, maïs, chou blanc, chou rouge, dés de poulet)	5,40 €	8,80 €
La Fringale (salade, carotte, tomate, concombre, maïs, chou blanc, chou rouge, lardons, crème, vinaigre framboise)	5,40 €	8,80 €
Grecque (salade, tomate, concombre, oignon cru, feta, olives)	5,40 €	8,80 €
L'Hawaii (salade, carotte, tomate, concombre, maïs, dés de poulet, ananas)	5,60 €	9,30 €
L'Italienne (salade, aubergines grillées, courgettes grillées, tomates séchées, mozzarella, jambon italien)	5,50 €	9,30 €
Chèvre Chaud (salade, carotte, tomate, concombre, maïs, chou blanc, chou rouge, pomme, toast de chèvre chaud, miel)	5,50 €	9,80 €
Nordique (salade, carotte, tomate, concombre, maïs, chou blanc, chou rouge, saumon fumé, scampis)	5,80 €	9,80 €
César (salade Iceberg, croutons, copeaux de parmesan, sauce César, le tout accompagné au choix : - Lardons cuits <b>ou</b> Poulets <b>ou</b> Scampis	5,50 €	9,50 €

## Simplys +

Jambon Italien, Boulette Maison, Surimi Maison, Saumon,  
Pain de viande

3,50€

## Luxe

Le Fringale (Pain de Viande Maison, gouda)  
Le Belge (Hamburger, sauce Bicky, oignon séché)  
Le Végétarien (Tomate, mozzarella, crème balsamique)  
Le Français (Brie, miel, pommes)  
L'Italien (Jambon italien, mozzarella, tomates séchées, origan, huile d'olive)  
Le Nordique (Fromage frais aux fines herbes, saumon fumé)  
Le Barbecue (Emincé de poulet, sauce barbecue)  
Le scampis à l'ail  
Le Grillé (mozzarella, aubergines grillées, courgettes grillées, tomates séchées)  
Le Crunchy (Poulet pané)  
Le Sud (Jambon italien, feta, olives, tomates séchées)  
Le fermier (Omelette fermière «lardons et champignons»)  
Le Berger de Pauline (Chèvre, miel, pommes, noix)  
Le ça me suffit de Perrine (émincé de poulet, sauce aux poivres, salade, carotte, maïs)

4€

**Aucune sauce ni crudités ne seront ajoutées sans votre demande.**  
**Possibilité d'avoir 1/2 sandwich à la moitié du prix affiché.**

## Paninis

Fringale (Pain de viande maison, gouda)  
Dagobert (Jambon, fromage)  
Français (Brie, miel, pommes)  
Italien (Jambon italien, mozzarella, origan, tomates séchées)  
Hawaï (Jambon, fromage, ananas)  
Hamburger (Hamburger, andalouse)  
Raclette (Jambon Italien, fromage raclette)  
Sud (Jambon Italien, feta, olives, tomates séchées)

4,50€

## Soupes maison (septembre à mai)

Chaque jour vous avez le choix  
entre 2 soupes accompagnées de pain



3€