LE BENTO Français

Votre livreur de repas fraîcheur

COFFRETS REPAS
Automne / Hiver
2019/2020
Lunch Box - Plateaux repas

Biodégradable & éco-responsable

www.lebentofrancaistraiteur.fr

LE BENTO Français

Quelques mots sur notre histoire...

Fondé en 2016, Le Bento Français avait à cœur de proposer à sa clientèle de particuliers et de professionnels, des plats différents composés de produits ***frais*** & ***sains*** à emporter et en livraison. Trois années et 70 000 repas plus tard, nous sommes heureux de vous présenter notre nouvelle carte traiteur ☺.

L'origine du Bento

Le Bento désigne un coffret contenant ***un repas complet.*** Ce mot d'origine japonaise symbolise l'idée d'un repas ***pris en dehors du domicile***, le plus souvent sur le lieu de travail.
Découvrez notre gamme de plateaux repas à partir de la Page 6.

Pourquoi commander chez nous ?

Packaging ***biodégradable & réutilisable made in France*** ✓
Repas complet et convivial ✓
Produits frais ***cuisinés le jour même*** ✓
Fournisseurs de ***proximité*** ✓
Sélection des ***meilleurs produits*** & des ***meilleurs partenaires*** ✓
Respect de ***l'hygiène*** et de la ***chaîne du froid*** ✓
Plats sains et équilibrés ✓
Une équipe de ***professionnels*** à votre service ✓

LE BENTO Français

NOS COFFRETS REPAS

Ils nous font déjà confiance

CMMCONSULTING

LPG

STC PARTNERS

SwissLife

AMBASSADOR
EST. 1993

GUTENBERG
make&share

Nos recettes en quelques mots ...

LE CEVICHE

Le ceviche est une délicieuse ***marinade de poisson cru*** coupé en petits cubes et qui constitue un repas peu calorique et riche en minéraux. Découvrez toutes nos déclinaisons de ceviche à travers nos plateaux repas.

LE TATAKI

La technique du Tataki est originaire de la province de Tosa au Japon et consiste ***à saisir de fines tranches de poissons ou de viandes au dessus d'une flamme.*** Cette technique apporte un léger goût grillé et fondant en bouche.

LE POKE BOWL

Plat emblématique de l'archipel d'Hawaï, ce bol réunit tout ce dont vous avez besoin, une base de riz mariné, des féculents, des protéines ainsi que les vitamines et le « croquant » amenés par les fruits et légumes rigoureusement sélectionnés.

LE RAMEN

Cette soupe typique japonaise est composée d'une base de nouilles, d'un bouillon, de légumes croquants et de protéines.

Comment Commander ?

NOUS SOMMES À VOTRE ÉCOUTE DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 20H

· Par ***téléphone*** : 06.50.51.06.13
· Par ***e-mail*** : contact@lebentofrancais.fr

VOUS RECEVEZ UNE CONFIRMATION DE VOTRE COMMANDE PAR E-MAIL

Après avoir passé commande, vous recevez un devis à nous retourner signé pour la prise en compte définitive de votre commande.

MODALITÉS DE COMMANDE

Toute commande doit être passée ***avant 14h la veille du repas.***
Une demande exceptionnelle et/ou ***de dernière minute*** ? N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou par e-mail ☺

FRAIS DE LIVRAISON & DE REPRISE

Zone 1 : Levallois Perret, Neuilly Sur Seine, Paris : 8ème, 16ème, 15ème, 17ème, 7ème, 9ème : ***15€ H.T***
Zone 2 : Reste de Paris, Département 92 (sauf Zone 1), St Ouen : ***22€ H.T***
Zone 3 : Autres départements : ***NOUS CONSULTER.***

Choisissez votre format de livraison

Lunch Box

En lunch box, nous vous livrons toutes les entrées, tous les plats et tous les desserts dans des sacs, à vous d'assembler ! ☺

Plateau repas individuel

Le plateau individuel est réalisé en fonction des menus commandés,
prêt à l'emploi ! ☺

(+3€ H.T par personne)

ⓘ *Tous nos repas sont faits maison servis dans des contenants réutilisables et/ou recyclables,*
Ils sont accompagnés d'un petit pain traditionnel, couverts, sel et poivre et d'une bouteille d'eau 33cl.

🍴♻

LE BENTO Français

Les plateaux Poke Bowl

Les tarifs des coffrets repas

Lunch Box : 23€ H.T (Modèle P.6)
Plateau individuel : 26€ H.T (Modèle P.6)

Commande minimum 3 plateaux repas ou 69€ H.T
10 plateaux : 5% de remise H.T
25 Plateaux : 7% de remise H.T
100 plateaux et plus : devis sur mesure
Week-end et jours fériés majoration de 15%

Le Plateau Poke bowl Saumon gravlax

-**Entrée :** Ceviche de thon à la mangue
-**Plat :** Poke bowl saumon gravlax
-**Dessert :** Tartare de fruits de saison

Allergènes : poisson, soja, blé

Le Plateau Poke bowl Crevettes roses avocat

-**Entrée :** Salade de bœuf cru façon thaï
-**Plat :** Poke bowl crevettes roses avocat
-**Dessert :** Fromage blanc fruits rouges

Allergènes : crustacé, poisson, blé, fruits à coques, lait, gluten, soja

Le Plateau Poke bowl Poulet

-**Entrée :** Salade veggie detox
-**Plat :** Poke bowl poulet basilic
-**Dessert :** Fromage blanc fruits rouges

Allergènes : poisson, blé, sésame, lait, soja

Le Plateau Poke bowl Thon soja épicé

-**Entrée :** Salade poulet & basilic
-**Plat :** Poke bowl thon soja épicé
-**Dessert :** Crumble chocolat banane

Allergènes : poisson, blé, sésame, lait, gluten, soja

L'ensemble de nos coffrets repas est déclinable en Entrée + Plat ou Plat+ Dessert
Contactez-nous directement pour en connaître les tarifs.

LE BENTO Français

Les plateaux Poke Bowl

Les tarifs des coffrets repas

Lunch Box : 23€ H.T (Modèle P.6)
Plateau individuel : 26€ H.T (Modèle P.6)

Commande minimum 3 plateaux repas ou 69€ H.T
10 plateaux : 5% de remise H.T
25 Plateaux : 7% de remise H.T
100 plateaux et plus : devis sur mesure
Week-end et jours fériés majoration de 15%

Le Plateau Poke bowl Saumon chèvre

-*Entrée* : Ceviche de daurade royale à la mangue
-*Plat* : Poke bowl saumon & chêvre
-*Dessert* : Crumble pommes

Allergènes : poisson, blé, sésame, lait, gluten, soja

Le Plateau Poke bowl Daurade royale mangue

-*Entrée* : Ceviche de crevettes roses & concombre
-*Plat* : Poke bowl daurade royale à la mangue
-*Dessert* : Fromage blanc fruits rouges

Allergènes : poisson, lait

Le Plateau Poke bowl Tofu (Sans gluten végétarien)

-*Entrée* : Salade veggie detox
-*Plat* : Poke bowl tofu
-*Dessert* : Fruits de saison

Allergènes : fruits à coques

Le Plateau Poke bowl Saumon menthe

-*Entrée* : Salade poulet & basilic
-*Plat* : Poke bowl saumon menthe
-*Dessert* : Fromage blanc coulis chocolat

Allergènes : poisson, soja, blé,

L'ensemble de nos coffrets repas est déclinable en Entrée + Plat ou Plat+ Dessert
Contactez-nous directement pour en connaître les tarifs.

Les plateaux Tataki

Les tarifs des coffrets repas

Lunch Box : 23,50€ H.T (Modèle P.6)
Plateau individuel : 26,50€ H.T (Modèle P.6)

Commande minimum 3 plateaux repas
ou 69€ H.T
10 plateaux : 5% de remise H.T
25 Plateaux : 7% de remise H.T
100 plateaux et plus : devis sur mesure
Week-end et jours fériés majoration de 15%

Le Plateau Tataki de saumon

-*Entrée :* Ceviche de daurade royale à la mangue
-*Plat :* Tataki de saumon, riz & salade de roquette
-*Dessert :* Crumble chocolat banane

Allergènes : poisson, blé, sésame, lait, gluten, soja

Le Plateau Tataki de thon

-*Entrée :* Ceviche de saumon à la menthe
-*Plat :* Tataki de thon, riz & salade de roquette
-*Dessert :* Crumble aux pommes

Allergènes : poisson, blé, sésame, lait, gluten, soja

Le Plateau Tataki de boeuf

-*Entrée :* Ceviche de saumon à la mangue
-*Plat :* Tataki de bœuf, riz & salade de roquette
-*Dessert :* Fromage blanc confiture de lait

Allergènes : poisson, blé, sésame, lait, gluten, soja

L'ensemble de nos coffrets repas est déclinable en Entrée + Plat ou Plat+ Dessert
Contactez-nous directement pour en connaître les tarifs.

Les plateaux Ramen

Les tarifs des coffrets repas

Lunch Box : 23€ H.T (Modèle P.6)
Plateau individuel : 26€ H.T (Modèle P.6)

Commande minimum 3 plateaux repas ou 69€ H.T
10 plateaux : 5% de remise H.T
25 Plateaux : 7% de remise H.T
100 plateaux et plus : devis sur mesure
Week-end et jours fériés majoration de 15%

Le Plateau Ramen Crevettes roses

-*Entrée* : Salade poulet & basilic
-*Plat* : Ramen crevettes *(Plat à réchauffer)*
-*Dessert* : Tartare de fruits de saison

Allergènes : gluten, crustacé, soja, fruits à coques

Le Plateau Ramen Poitrine fumée

-*Entrée* : Ceviche de thon à la mangue
-*Plat* : Ramen poitrine fumée *(Plat à réchauffer)*
-*Dessert* : Fromage blanc fruits rouges

Allergènes : gluten, poisson, lait, soja

Le Plateau Ramen Bœuf

-*Entrée* : Salade saumon avocat
-*Plat* : Ramen bœuf *(Plat à réchauffer)*
-*Dessert* : Crumble aux pommes

Allergènes : gluten, soja, gluten, lait, fruits à coques

L'ensemble de nos coffrets repas est déclinable en Entrée + Plat ou Plat+ Dessert
Contactez-nous directement pour en connaître les tarifs.

Les plateaux Ramen

Le Plateau Ramen Veggie

-*Entrée* : Salade veggie detox
-*Plat* : Ramen veggie *(Plat à réchauffer)*
-*Dessert* : Tartare de fruits de saison

Allergènes : gluten, crustacé, soja, fruits à coques

Le Plateau Ramen Poulet

-*Entrée* : Ceviche de saumon à la menthe
-*Plat* : Ramen poulet *(Plat à réchauffer)*
-*Dessert* : Fromage blanc fruits rouges

Allergènes : gluten, poisson, lait, soja

Les tarifs des coffrets repas

Lunch Box : 23€ H.T (Modèle P.6)
Plateau individuel : 26€ H.T (Modèle P.6)

Commande minimum 3 plateaux repas ou 69€ H.T
10 plateaux : 5% de remise H.T
25 Plateaux : 7% de remise H.T
100 plateaux et plus : devis sur mesure
Week-end et jours fériés majoration de 15%

Nos plateaux ramen sont à réchauffer ! ☺

L'ensemble de nos coffrets repas est déclinable en Entrée + Plat ou Plat+ Dessert
Contactez-nous directement pour en connaître les tarifs.

LE BENTO Français

Les plateaux Tartares

Les tarifs des coffrets repas

Lunch Box : 23,50€ H.T (Modèle P.6)
Plateau individuel : 26,50€ H.T (Modèle P.6)

Commande minimum 3 plateaux repas ou 69€ H.T
10 plateaux : 5% de remise H.T
25 Plateaux : 7% de remise H.T
100 plateaux et plus : devis sur mesure
Week-end et jours fériés majoration de 15%

Le Plateau Tartare de Bœuf traditionnel

-*Entrée* : Salade saumon avocat
-*Plat* : Tartare de bœuf traditionnel, riz & légumes
-*Dessert* : Crumble chocolat banane

Allergènes : poisson, blé, sésame, lait, gluten, soja, fruits à coques

Le Plateau Tartare de Saumon

-*Entrée* : Salade de bœuf cru façon thaï
-*Plat* : Tartare de saumon à l'asiatique, riz & légumes
-*Dessert* : Crumble aux pommes

Allergènes : poisson, lait, gluten, œufs, blé, sésame, soja, fruits à coques

Le Plateau Tartare de Thon

-*Entrée* : Salade poulet & basilic
-*Plat* : Tartare de thon à l'asiatique, riz & légumes
-*Dessert* : Fromage blanc confiture de lait

Allergènes : poisson, lait, soja, sésame

Le Plateau Tartare de Crevettes roses avocat

-*Entrée* : Salade veggie detox
-*Plat* : Tartare de crevettes roses avocat, riz & légumes
-*Dessert* : Tartares de fruits de saison

Allergènes : poisson, crustacé, soja, fruits à coques

L'ensemble de nos coffrets repas est déclinable en Entrée + Plat ou Plat+ Dessert
Contactez-nous directement pour en connaître les tarifs.

Personnalisez vos plateaux avec notre gamme de boisson

Les eaux & sodas

Badoit
50cl

Evian
50cl

Coca Zero
33cl

Coca
33cl

Ice Tea
33cl

2€ H.T

Les sodas premium

Chari Tea Green
33cl

Lemonaid
citron vert 33cl

Chari Tea Mate
33cl

Chari Tea Red
33cl

3,90€ H.T

Les bières

La Parisienne
blonde 33cl

La Parisienne
blanche 33cl

5€ H.T

Modalités & Règlements

· Par ***téléphone*** : 06.50.51.06.13
· Par ***e-mail*** : contact@lebentofrancais.fr

Toute commande doit être passée avant 14h la veille du repas.
Vous avez besoin d'informations complémentaires ou d'une demande de ***dernière minute***, n'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou par e-mail!

Information : Les règlements s'effectuent à réception de facture par virement, chèque ou carte bancaire.
Bon appétit !
L'équipe du Bento Français