



# FRED

Chez Boissons

## Softs

Softs & Soda 33 cl, Jus de fruits	3,50€
Limonade artisanale Milles 33 cl	3,50€
Sirop menthe, grenadine, citron, orgeat	2,50€

## Eaux Minérales

San Pellegrino, Badoit, Evian 1L	5€
San Pellegrino, Evian, 50 cl	4,50€

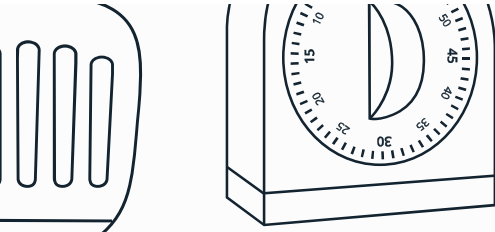
## Apéritifs

Sangria Maison / Pichet 1L	4,50€/17€
Orkina ou Pastis Cabanel (Carcassonne)	4,€
Apéritifs : Ricard, Suze, Muscat,	4,€
Crémant de Limoux, Kir	4,50€
Bière La Ciutat 33 cl / 50 cl	5€/ 7€

## Digestifs

Whisky, Gin, Vodka, Americano	7€
Chivas, Armagnac, Cognac	9€
Les crèmes de Cabanel Carcassonne (Menthe et Citron)	7€
Liqueurs Poire, Mirabelle	9€

Nous vous accueillons du mardi au samedi de 12h à 14h, et de 19h30 à 21h30  
Réservations au 04 68 72 02 23  
L'Abus d'alcool est dangereux pour la santé, sachez en profiter sans en abuser.



# FRED

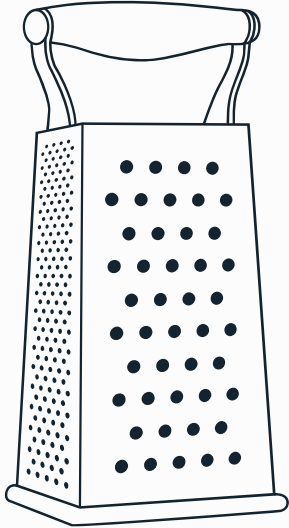
*Chez*

## LES MIDIS BISTROT

PLAT DU JOUR 12€

E+P OU P+D 15€

E+P+D 20€

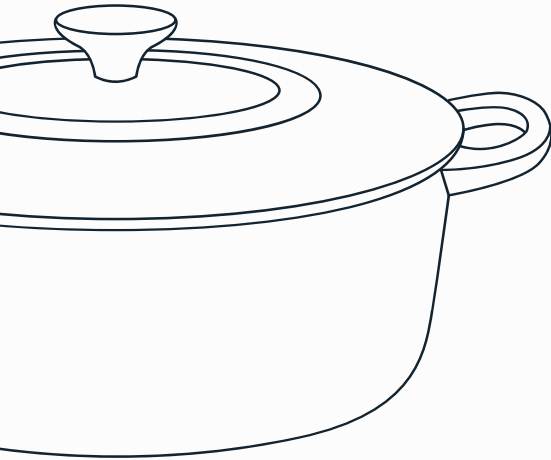


### Entrées

Salade de Quinoa, lentilles potiron et lard fumé

ou

Entrée du jour

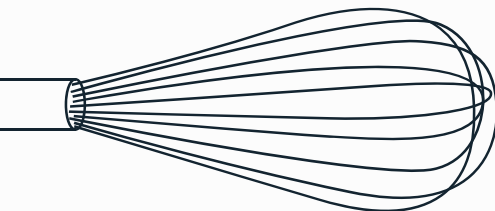


### Plats

Le Burger de Fred (Angus) et frites maison

ou

Plat du jour

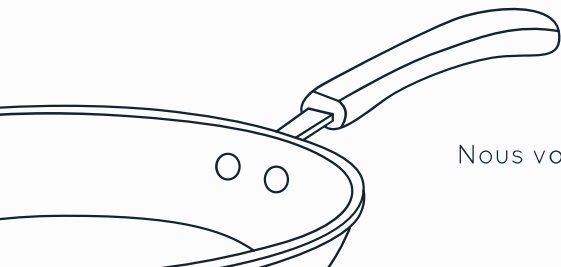


### Desserts

Café très Gourmand

ou

Dessert du jour



Menu servi en semaine, hors week-end et jours fériés.

Nous vous accueillons du mardi au samedi de 12h à 13h30, et de 19h30 à 21h30

Réservations au 04 68 72 02 23



# FRED

*Chez*  
LE GOURMAND

E+ P OU P+D 23€

OU

E+P+D 28€

## Entrées

Ravioles de Foie Gras, bouillon Thaï

ou

Tartine Caviar d'aubergines, Chèvre et Saumon  
fumé "Maison"

## Plats

Cocotte de suprême de Volaille

ou

La Pêche du jour en médaillon rôti,  
champignons

## Desserts

Poire pochée, infusion de Carthagène

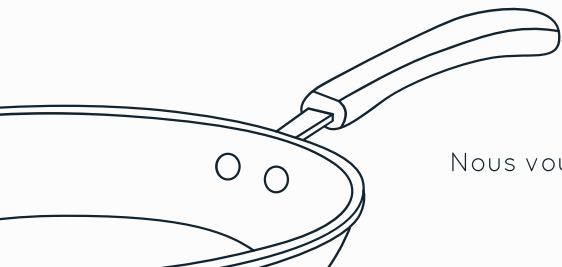
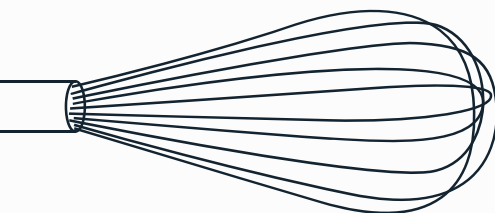
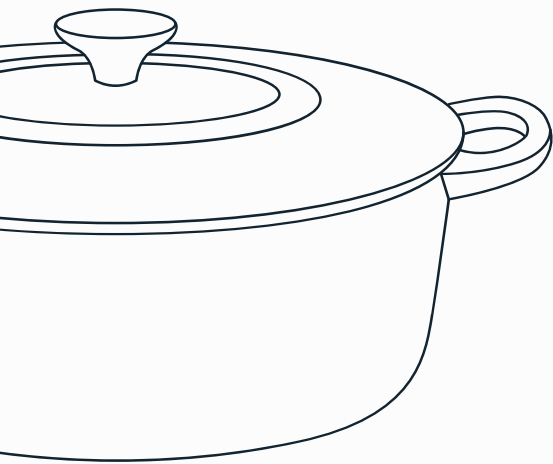
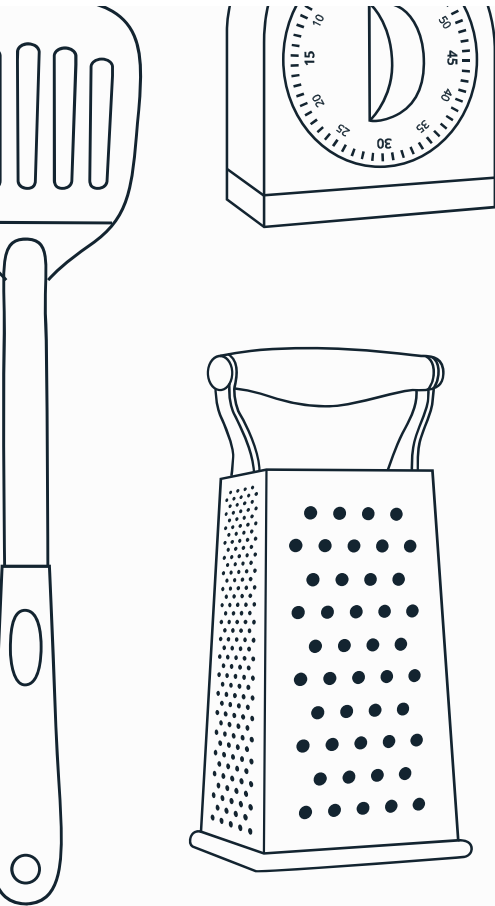
ou

Brioche façon pain perdu, confiture de lait

ou

Glaces 2 boules (Vanille, Choco, Cappuccino,  
caramel, fraise, mangue, rhum raisin, citron)

Nous vous accueillons du mardi au samedi de 12h à 13h30, et de 19h30 à 21h30  
Réservations au 04 68 72 02 23



# FRED

*Chez* LE GOURMET

E+P OU P+D 30€  
OU  
E+P+D 35€

## Entrées

Foie Gras mi-cuit, pomme, jambon ibérique  
ou  
Tataki de Thon

## Plats

Saint Jacques (Bretagne, Normandie)  
et légumes frais  
ou  
Poire de Boeuf rôtie, Chorizo, espuma  
parmezan  
ou  
Cassoulet de Fred (Porc, Canard)

## Desserts

Assiette de Fromages (Fromagerie Bousquet)  
ou  
La Pavlova de Fred  
ou  
Croquant chocolat  
ou  
Glaces 3 boules

Nous vous accueillons du mardi au samedi de 12h à 13h30, et de 19h30 à 21h30  
Réservations au 04 68 72 02 23



# FRED

*Chez*

## LA CARTE

### Nos Entrées

Planche de Charcuterie et Fromages à partager	18€
Planche de Charcuterie à partager	14€
Salade de Quinoa, potiron et lard fumé	9€
Tartine Caviar d'aubergines, Chèvre et Saumon	12€
Tataki de Thon	14€
Raviole de Foie Gras et son bouillon Thaï	12€
Foie Gras mi-cuit, et jambon ibérique	15€

### Nos Plats

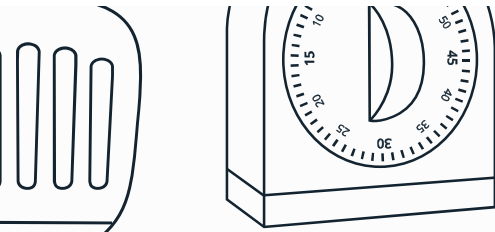
La Pêche du jour en médaillon rôti, champignons	15€
Saint Jacques, Achard de légumes frais	20€
Cocotte de suprême de Volaille	15€
Poire de Boeuf rôtie, Chorizo, espuma parmesan	20€
Burger de Fred Angus (150g), Frites Maison	15€
Cassoulet de Fred (canard, porc)	22€

### Nos desserts

Assiette de Fromages (Fromagerie Bousquet)	8,50€
Poire pochée, infusion de Carthagène	7€
Brioche façon pain perdu, confiture de lait	8€
Croquant chocolat	9€
La Pavlova de Fred	9€
Glaces 2 boules (Vanille, Choco, Cappuccino, caramel, fraise, mangue, rhum raisin, citron)	6€
Grand Café Gourmand	7,90€
Irish Coffee	7,90€

N'hésitez pas à nous informer de vos intolérances ou allergies alimentaires lors de la prise de commande.

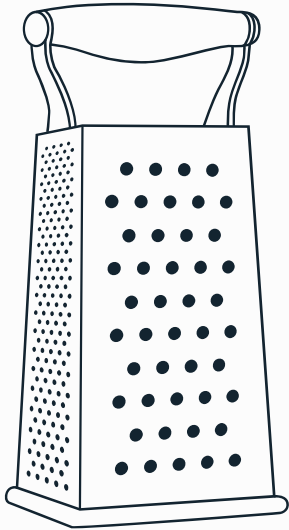
Plats partagés : supplément 5€



# FRED

Chez

LES MOMES 12€  
(- de 8 ans)



## Plats

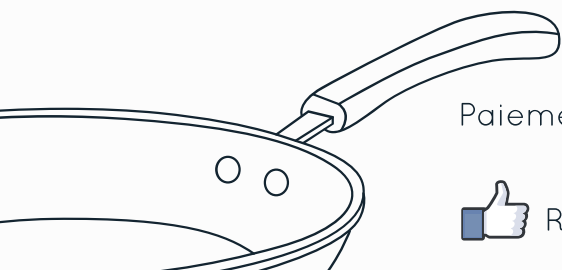
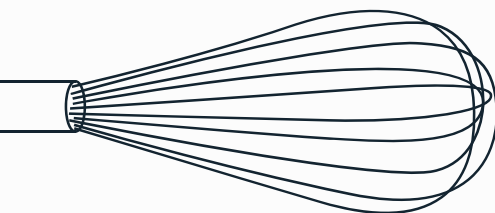
Steak haché de boeuf Angus  
ou  
Poisson du jour  
ou  
Saucisse de porc de région

Avec au choix : Frites maison ou  
Tagliatelles.



## Desserts

Glaces Enfant  
ou  
Crêpe au sucre



Paiements acceptés : Tickets Restaurant, ANCV, CB Visa, Espèces.  
Nous n'acceptons plus les paiements par chèque.



Retrouvez nous sur Facebook @RestaurantChezFred



# FRED

Chez  
CARTE DES VINS



## Vins Blancs

AOP Minervois, La Polissonne, PJ Charpentier, 75 cl	19€
<i>Grenache Blanc/ Roussane</i>	
AOP Corbières, Cuvée Blanc de Blanc, Celliers des Demoiselles, 75cl / 50cl	19€/15€
<i>Macabeu/ Grenache Blanc/ Marsane/ Bourboulenc</i>	
AOP Coteaux Languedoc, "La Clape", Cuvée Brise Marine, Château La Negly 75 cl/ 50cl	26€/19€
<i>Bourboulenc/ Marsane</i>	19€
IGP D'OC, Conversion Bio, Famille Guilhem, 75 cl	
<i>100% Chardonnay</i>	20€
IGP Aude, Domaine la Bastide, 75 cl	
<i>100% Viognier</i>	
AOP Corbières, Celliers des Demoiselles, Pichet 25 cl /46 cl	
<i>Grenache/ Macabeu/ Marsane/ Bourboulenc</i>	5€/8€



## Vins Rosés

AOP Minervois, Cuvée l'Atelier, Le Plo Notre Dame, 75cl/ 50cl	19€/13€
<i>Cinsault/ Syrah</i>	
AOP Corbières, Rosé des demoiselles, Celliers des Demoiselles, 75 cl/ 50 cl	19€/15€
<i>Syrah/ Grenache noir/ Cinsault</i>	
AOP Clape, Cuvée L'écume, Château La Négly, 75cl/ 50cl	18€/14€
<i>Mourvèdre/ Cabernet/ Grenache noir/ Syrah</i>	
AOP Corbières, Pichet 25 cl / 46 cl	5€/8€
<i>Cinsault/ Grenache/ Syrah</i>	

L'Abus d'alcool est dangereux pour la santé, sachez en profiter sans en abuser.



Retrouvez nous sur Facebook @RestaurantChezFred



# FRED

Chez CARTE DES VINS



## Vins Rouges

AOP Minervois, Cuvée les 3 cailloux, JP Charpentier, 75 cl Syrah/ Carignan	25€
AOP Minervois, Cuvée l'Atelier, Le Plô Notre Dame, 75 cl, Syrah/ Grenache	23€
AOP Minervois, Cuvée Estibals, Ostal Cazes, 75 cl Syrah/ Carignan/ Grenache	25€
AOP Minervois La Livinière, Cuvée l'Intégrale, JP Charpentier, 75cl 100% Syrah	29€
AOP Corbières, Domaine Durfort, Celliers des Demoiselles, 75 cl/ 50 cl Syrah/ Grenache	23€/17€
AOP Corbières, Cuvée Exubérance, Château la Bastide, 75 cl Grenache/ Mourvèdre	25€
AOP Cabardes, Cuvée Ni Ange Ni Démon, Domaine Parazols, 75 cl Cabernet Franc/ Merlot/ Grenache noir/ Syrah	25€
AOP Corbières, Celliers des Demoiselles, Pichet 25 cl / 46 cl Carignan/ Grenache noir/ Syrah	5€/8€

L'Abus d'alcool est dangereux pour la santé, sachez en profiter sans en abuser.



Retrouvez nous sur Facebook @RestaurantChezFred