

REPAS froids

— SERVI EN BUFFET EN COFFRET INDIVIDUEL —
— MINIMUM DE 8 CONVIVES ET 4 CHOIX IDENTIQUES —
— COUVERTS COMPOSTABLES INCLUS —
(supplément pour couverts de porcelaine)

ÉCONOMIQUE — 24.00 \$

REPLACEZ VOTRE SANDWICH
POUR UNE PROTÉINE FROIDE (SUPPLÉMENT DE 5 \$)

- Une entrée (voir sélection p. 6)
- Un sandwich gourmet (voir sélection p. 8)
- Une salade (voir sélection p. 9)
- Un dessert gourmet (voir sélection p. 6)

ENTRE-DEUX — 26.25 \$

REPLACEZ VOTRE SANDWICH
POUR UNE PROTÉINE FROIDE (SUPPLÉMENT DE 5 \$)

- Deux entrées (voir sélection p. 6)
- Un sandwich gourmet (voir sélection p. 8)
- Une salade (voir sélection p. 9)
- Un dessert gourmet (voir sélection p. 6)

PETITE-BOURGOGNE — 30.50 \$

REPLACEZ VOTRE SANDWICH
POUR UNE PROTÉINE FROIDE (SUPPLÉMENT DE 5 \$)

- Crudités du maraîcher avec trempette maison ou hummus
- Haut de cuisse de volaille grillée style BBQ coréen, trempette au kimchi (40 g)
- Un sandwich gourmet (voir sélection p. 8)
- Une salade (voir sélection p. 9)
- Deux pointes d'oka et raisins
- Un dessert gourmet (voir sélection p. 6)

VILLERAY — 32.50 \$

- Sélection de légumes grillés (5 p.p.)
- Un canapé végétarien (choix du chef)
- Un plat parmi la sélection suivante
- Haut de cuisse de volaille grillée style BBQ coréen, trempette au kimchi
- OU
- Filet de saumon grillé au zeste de citron, miel et poivre, compotée de caponata
- OU
- Cake de polenta, mousseline de pois sucrés, salade tomates et artichauts (végane et sans gluten)
- Une salade (voir sélection p. 9)
- Fromages fins du terroir (30 g) et raisins
- Mini-gourmandises (2 p.p.)
- Baguette et beurre

PETITE ITALIE — 33.50 \$

- Pizza végétarienne du moment (2 p.p.)
- Artichauts marinés et olives
- Polpettes de veau della nonna, pétales de pecorino, pousses de basilic, sauce au pesto (3 p.p.)
- Fougasse melanzane avec aubergine rôtie au balsamique, rubans de zucchini, copeaux de parmesan, roquette, basilic, émulsion à la tomate
- Salade d'orzo, pesto de basilic, épinards, cubes de courgettes, tomates cerises, perles de mozzarella, vinaigrette vin rouge et aubergine marinée
- Fromages fins du terroir (30 g) et raisins
- Cannoli à la crème de citron
- Baguette et beurre



CHOIX D'*entrées*

VÉGÉTARIENNES

Crudités du maraîcher avec trempette maison ou hummus

Sélection de légumes grillés(5 p.p.)

Falafel au kale et zaatar, trempette tahini et ail confit
(végane et sans gluten)(1 p.p.)

Pizza végétarienne du moment (2 p.p.)

Fromages et raisins (cheddar, oka, brie)(30 g)

Kebab de tofu au ras-el-hanout,
sauce yogourt au citron confit (1 p.p.)

Cake de polenta, mousseline de pois sucrés,
salade tomates et artichauts (végane et sans gluten)

POISSONS ET FRUITS DE MER

Saumon laqué au miso en croûte de panko et sésame,
trempette tamari, gingembre et tobiko

Filet de saumon grillé au zeste de citron,
miel et poivre, compotée de caponata

Crevettes grillées au chipotle,
trempette lime et coriandre (2 p.p.)

Saumon fumé, Boursin fouetté à la ciboulette
et au zeste de citron, craquelins de bagel



VIANDES

Haut de cuisse de volaille grillée style BBQ coréen, trempette au kimchi

Aiguillette de volaille grillée style souvlaki, trempette féta et olives

Croquette de rillettes de porc et pomme confite, dijonnaise et cornichon (2 p.p.)

Bavette de bœuf grillé au paprika fumé, émulsion de chimichurri

Bavette de bœuf aux épices shawarma, trempette grenade et tahini

Charcuteries fines (2 p.p.), tranches de saucisse (½ p.p.) et marinades



CHOIX DE *desserts*

Biscuits maison (2 p.p.)

Brownie double chocolat maison

Strudel poire et caramel

Rocher style Turtle
(caramel, chocolat et pacane)

Sablé du millionnaire
(café et chocolat)(végane et sans gluten)

Dessert gourmet

Mini-gourmandises (2 p.p.)

*supplément de 3 \$ par personne

Calendrier

2024 — 2025

2024

SEMAINE

AVRIL 1 1^{er} au 7 avril
2 8 au 14 avril
3 15 au 21 avril
4 22 au 28 avril

MAI 5 29 avril au 5 mai
1 6 au 12 mai
2 13 au 19 mai
3 20 au 26 mai
4 27 au 2 juin

JUIN 5 3 au 9 juin
1 10 au 16 juin
2 17 au 23 juin
3 24 au 30 juin

JUILLET 4 1^{er} au 7 juillet
5 8 au 14 juillet
1 15 au 21 juillet
2 22 au 28 juillet

AOÛT 3 29 juillet au 4 août
4 5 au 11 août
5 12 au 18 août
1 19 au 25 août
2 26 août au 1^{er} sept.

SEPTEMBRE 3 2 au 8 septembre
4 9 au 15 septembre
5 16 au 22 septembre
1 23 au 29 septembre

SEMAINE

OCTOBRE 2 30 sept. au 6 oct.
3 7 au 13 octobre
4 14 au 20 octobre
5 21 au 27 octobre
1 28 au 3 novembre

NOVEMBRE 2 4 au 10 novembre
3 11 au 17 novembre
4 18 au 24 novembre
5 25 au 1^{er} décembre

DÉCEMBRE 1 2 au 8 décembre
2 9 au 15 décembre
3 16 au 24 décembre

2025

SEMAINE

JANVIER 4 6 au 12 janvier
5 13 au 19 janvier
1 20 au 26 janvier
2 27 au 2 février

FÉVRIER 3 3 au 9 février
4 10 au 16 février
5 17 au 23 février
1 24 au 2 mars

MARS 2 3 au 9 mars
3 10 au 16 mars
4 17 au 23 mars
5 24 au 30 mars

AVRIL 1 31 mars au 6 avril
2 7 au 13 avril
3 14 au 20 avril
4 21 au 27 avril
5 28 au 4 mai

CHOIX DE sandwichs

EN TOUT TEMPS

Mix-pit : mini-pitas assortis
(poulet, jambon, œuf, thon)

Pain burger à la betterave, falafel au kale,
pesto de persil, navet mariné, tomate,
laitue, hummus à l'ail confit

Fougasse melanzane avec aubergine
rôtie au balsamique, rubans de zucchini,
copeaux de parmesan, roquette, basilic,
émulsion à la tomate

Bagel au saumon fumé, Boursin à la
ciboulette, aneth et zeste de citron,
concombre, câpres, épinards

Wrap à la volaille grillée aux épices
à souvlaki, féta, tomate, romaine,
crème sure style tzatziki

Kaiser au pumpernickel, rôti de bœuf
aux épices à steak de Montréal, emmental
québécois, oignons caramélisés, laitue,
dijonnaise au raifort

SEMAINE 1

Naan au tofu tandoori, concombre,
carottes au carvi, coriandre, émulsion
lait de coco et cari (végane)

Panini saumon BLT avec filet de saumon
rôti aux épices cajuns, bacon, tomate,
iceberg, émulsion à l'avocat

Pain au lait, haut de cuisse de volaille
grillée et laquée soya et sésame, kimchi,
carotte et daïkon marinés, coriandre,
mayo ail et gingembre

Pain burger aux raisins, rôti de porc, julienne
de pomme, cheddar, laitue, mayo au cari

Pain bretzel, viande fumée à la
montréalaise, cornichon, suisse, laitue,
moutarde jaune

SEMAINE 2

Focaccia aux fines herbes, tartina
de haricots blancs, ricotta à l'estragon,
champignons sautés au vin blanc,
provolone, tombée d'épinards à l'échalote

Club sur pumpernickel, salade de crevettes
nordiques au parmesan style carbonara,
bacon, tomate, iceberg

Kaiser aux graines de sésame, salade
de blanc de volaille effiloché aux herbes
fraîches avec mayo citronnée, salade
de chou, mayo à la sauce BBQ

Ciabatta aux olives, charcuteries fines
italiennes (bresaola, prosciutto, salami),
tartina d'artichauts, mozzarella fraîche,
roquette, pesto

Pain burger aux oignons caramélisés,
rôti de bœuf au paprika fumé, poivron
rôti mariné, manchego, mesclun, mayo
au chimichurri

Saumon fumé, Boursin fouetté à
la ciboulette et au zeste de citron,
craquelins de bagel

Haut de cuisse de volaille grillée style
BBQ coréen, trempette au kimchi

Aiguillettes de volaille grillée style
souvlaki, trempette féta et olives

Croquettes aux rillettes de porc et pomme
confite, dijonnaise et cornichon (5 p.p.)

Bavette de bœuf grillé au paprika fumé,
émulsion de chimichurri

Bavette de bœuf aux épices shawarma,
trempette grenade et tahini

Charcuteries fines, tranches
de saucisses et marinades

SEMAINE 3

Panini à la bénelictine avec frittata aux oignons
verts et herbes fraîches, paillot de chèvre,
bébés épinards, tartina à la hollandaise

Pain burger viennois, saumon rôti au zeste
de citron, fenouil à la rémoulade, artichauts,
provolone, mesclun

Quésadilla aux lanières de volaille aux épices
Tex-Mex, poivrons et oignons sautés, salsa,
Monterey Jack fondu, coriandre

Croissant croque-monsieur avec jambon blanc
au romarin, oka, tomate, mesclun, béchamel
avec pointe de muscade

Wrap à l'agneau aux épices shawarma,
tomate, coriandre, halloumi, laitue, sauce
tahini et ail confit

SEMAINE 4

Baguette multigrains, végépâté maison,
rubans de courgette grillée, roquette,
véganaise aux tomates séchées

Kaiser au pumpernickel, rillettes de saumon
à l'aneth, salade de fenouil, mesclun,
tartina gribiche

Pain bretzel, schnitzel de volaille, salade
de chou rouge, iceberg, mayo tandoori

Pain burger viennois, effiloché de porc style
texan, cornichon, provolone, laitue, salsa
maïs et tomates

Sous-marin thaï, lanières de bœuf marinées
cari vert et coco, carotte, concombre, laitue,
mayo à l'ail confit

SEMAINE 5

Wrap burrito végane avec patates douces
rôties au chipotle, chou rouge, tomate, maïs,
coriandre, chiffonnade de laitue, tartina
de haricots noirs au cumin (végane)

Baguette viennoise, poisson pané style
fish and chips, céleri à la rémoulade, roquette,
sauce tartare

Fougasse, haut de cuisse de volaille grillée
sauce romesco, muffuletta, manchego, roquette

Ciabatta, dinde fumée, brie, épinards
à la crème, tomates confites, moutarde
à l'ancienne

Panini aux carottes, kefta de bœuf au
ras-el-hanout, poivron rouge rôti, bébés
épinards, sauce yogourt féta et menthe

Remplacez
VOTRE SANDWICH
PAR UNE PORTION
FROIDE DE PROTÉINE

- SUPPLÉMENT DE 5.00 \$
- MINIMUM DE 4 CHOIX IDENTIQUES

Kebab de tofu au ras-el-hanout,
sauce yogourt au citron confit (3 p.p.)

Cake de polenta, mousseline de pois
sucrés, salade tomates et artichauts
(végane et sans gluten)

Saumon laqué au miso en croûte de panko
et sésame, trempette tamari, gingembre
et tobiko

Filet de saumon grillé au zeste de citron,
miel et poivre, compotée de caponata

Crevettes grillées au chipotle, trempette
lime et coriandre (5 p.p.)

CHOIX DE salades



EN TOUT TEMPS

Salade César classique

Salade méditerranéenne

Salade mesclun et légumes croquants,
vinaigrette érable et Dijon

Salade d'orzo, pesto de basilic, épinards,
cubes de courgettes, tomates cerises,
perles de mozzarella, vinaigrette vin rouge
et aubergine marinée

Salade de vermicelle de riz à la tonkinoise
avec fèves germées, edamames, concombre,
chou nappa, basilic thaï, vinaigrette
aux saveurs phô

Salade de quinoa aux légumes grillés,
vinaigrette à la réduction balsamique
et à l'origan

SEMAINE 1

Salade de maïs, pommes de terre aux
épices cajuns, tomates cerises, bébés
épinards, oignons verts, vinaigrette crème
sure à la coriandre

Salade de chou de Bruxelles ciselés,
radicchio, pomme verte, pacanes
caramélisées, vinaigrette miel et Stilton

Céleri-rave style rémoulade au leche de tigre
(lait de coco, lime, coriandre, oignons verts)

SEMAINE 2

Salade de haricots blancs, ratatouille, olives
Kalamata, basilic frais, copeaux de parmesan

Salade duo de betteraves, roquette,
émulsion fromage de chèvre et aneth

Salade de couscous style royal avec légumes
racines caramélisés, raisins sultans,
vinaigrette miel et citron confit

SEMAINE 3

Salade forestière au quinoa avec champignons
sautés au vin blanc, pois sucrés, oignons verts,
herbes salées du Bas-du-Fleuve, vinaigrette
crémeuse aux porcini

Salade de chou rouge, carotte, coriandre,
graines de citrouille, vinaigrette lime et cumin

Salade de fenouil au zaatar, roquette, tomate,
persil frais, vinaigrette à l'orange

SEMAINE 4

Salade d'épinards, patates douces
au chipotle, tomate, haricots rouges,
émulsion à l'avocat

Salade de kale, pois chiches, concombre,
vinaigrette yogourt et tahini à la César

Duo de riz brun et sauvage, shiitakes,
brocoli rôti, vinaigrette à l'ail noir

SEMAINE 5

Salade de melon d'eau, bébés épinards,
menthe, féta, jus de lime et huile d'olive

Salade de pommes de terre à la JLT

Salade d'orge, cubes de courge, pétales
d'oignons caramélisés, vinaigrette dattes
et épices berbères