



MENU BANQUET 2024

LES PRINCIPES DE NOTRE CUISINE

Notre cuisine est basée sur l'alimentation consciente, dont les principes nous invitent à suggérer plutôt qu'à dicter. Créées à partir d'aliments sains et frais, nos recettes utilisent des ingrédients qui favorisent la santé et le mieux-être. Notre conscience sociale et écologique nous engage à privilégier les produits biologiques, provenant de producteurs locaux choisis pour leur passion et la qualité de leur offre.

En matière de préparation, nous optons pour des méthodes qui rehaussent les saveurs et favorisent la conservation des nutriments, en excluant la cuisson au micro-ondes, les produits transformés et autres artifices chimiques. À travers des plats savoureux qui comblent les sens, nous invitons nos convives à déguster chaque bouchée en s'imprégnant de ce qu'ils mangent. Bon appétit!



LE
MONASTÈRE
DES
AUGUSTINES
Une aventure en soi

INFORMATIONS IMPORTANTES

- Suivant la signature du contrat, vous serez mis en contact avec la personne responsable de la coordination de votre événement. C'est avec elle que vous pourrez effectuer votre choix de menu. Celui-ci devra être fait au plus tard 10 jours avant la tenue de votre événement.
- Les repas du midi seront offerts en salle pour tous les groupes.
- Pour les groupes de 20 personnes et moins, les repas du soir pourraient être servis au Vivoir en formule buffet santé. Merci de prévoir une période repas de 75 minutes si c'est le cas.
- Pour les groupes de 21 personnes et plus, les repas du soir seront offerts en salle.
- Les frais de service de 18 % et les taxes applicables sont en sus sur tous les prix de ce document.
- Des frais supplémentaires pourraient s'appliquer selon la quantité de restrictions alimentaires et d'allergies.
- Les produits sont sujets à changement sans préavis selon l'approvisionnement. Une alternative vous sera proposée au besoin.

ALLERGIES ET INTOLÉRANCES

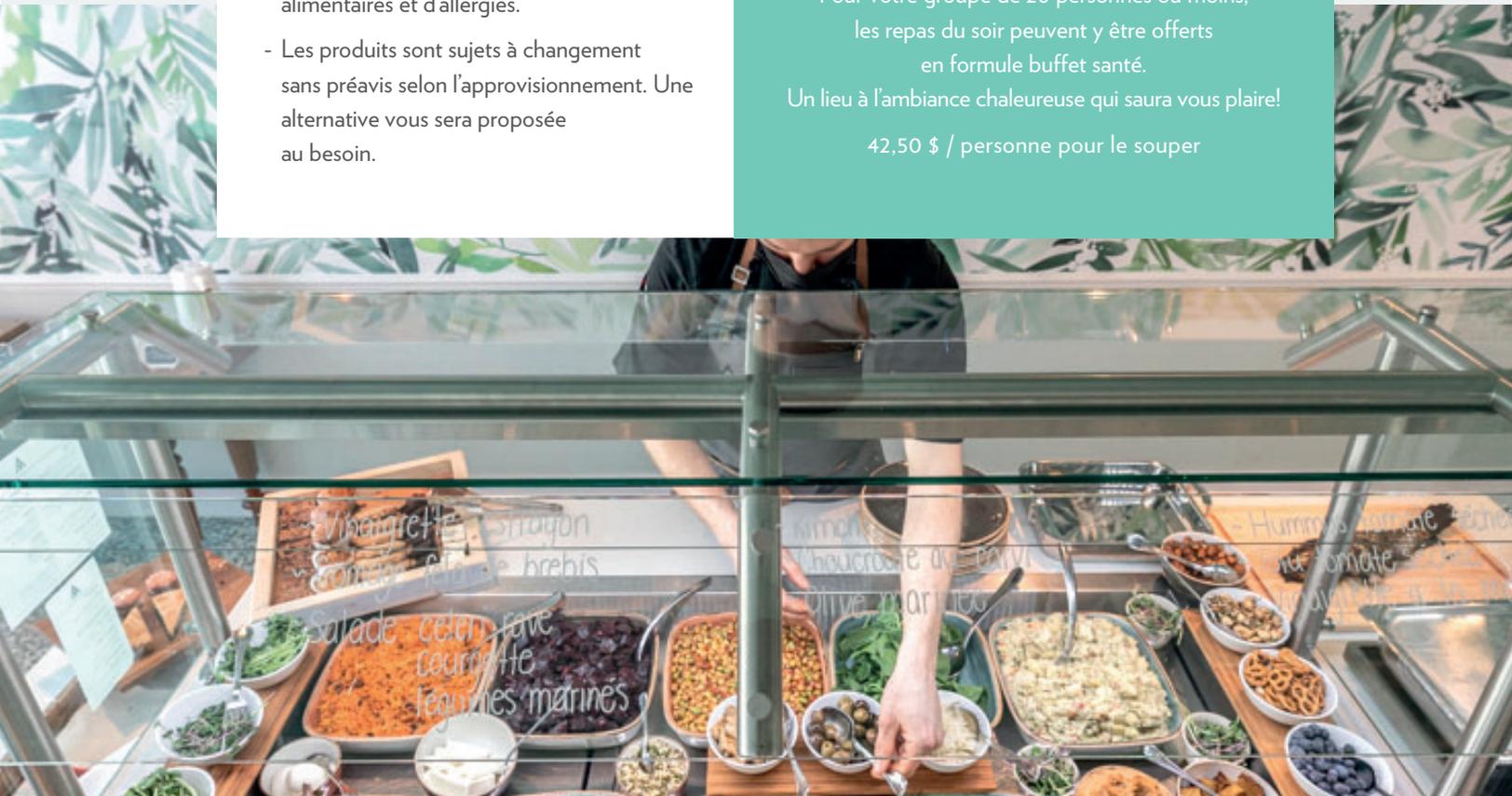
La gestion des intolérances alimentaires étant complexe, Le Monastère ne s'engage pas à l'assurer. Nous portons une attention particulière aux allergies sévères, mais ne pouvons garantir qu'il n'y aura pas de contamination croisée dans nos cuisines. Veuillez noter qu'il est de votre responsabilité de nous informer des allergies alimentaires au plus tard 10 jours avant la tenue de votre événement et de les signaler lors de l'événement. Des options sans gluten et sans lactose sont disponibles sur demande.

Connaissez-vous Le Vivoir, notre espace dédié à la détente et à l'alimentation consciente?

Pour votre groupe de 20 personnes ou moins, les repas du soir peuvent y être offerts en formule buffet santé.

Un lieu à l'ambiance chaleureuse qui saura vous plaire!

42,50 \$ / personne pour le souper



COLLATIONS – PAUSES SANTÉ

À MANGER

COLLATIONS AU CHOIX

Bouchée d'énergie	2,50\$ / unité
Biscuit avoine et raisins	2,50\$ / pour 3
Biscuit avoine et noix de coco	2,50\$ / pour 3
Pain déjeuner santé maison	2,50\$ / unité
Verrine de pouding chia et noix coco	2,50\$ / unité
Muffin santé	3,90\$ / unité
Brownie végétalien	3,90\$ / unité
Collation sans gluten	3,90\$ / unité
Bol d'olives	16,50\$ / 6 pers.
Bol d'humus maison	14,50\$ / 6 pers.
Bol de bretzels sans gluten	12,50\$ / 6 pers.
Craquelins biologiques	16,50\$ / 6 pers.

PLATEAU DE GRIGNOTINES À PARTAGER

55,00\$ / 6 pers.

- Trempe maison (humus ou autre)
- Craquelins biologiques
- Bretzels sans gluten
- Olives marinées

BOL DE FRUITS FRAIS COUPÉS (selon la saison)

Format individuel dans un bol compostable	3,00\$ / portion
Pour 15 personnes	39,00\$
Pour 25 personnes	65,00\$

SUCRE À LA CRÈME de la pâtisserie Praline et Chocolat

Planche de 18 unités	29,50\$
----------------------	---------

À BOIRE

PAUSE DOUCEUR 3,80\$ / pers.

- Sélection parmi les tisanes
- Signature du Monastère

PAUSE CLASSIQUE 4,90\$ / pers.

- Sélection parmi les tisanes
- Signature du Monastère
- Thé Camellia Sinensis
- Café équitable Honoré

PAUSE À VOLONTÉ* 12,00\$ / pers.

- Sélection parmi les tisanes
- Signature du Monastère
- Thé Camellia Sinensis
- Café équitable Honoré

* Service en continu durant les 8 premières heures de votre événement

JUS VERT MAISON

Verrine de 3 oz	3,95\$ / unité
-----------------	----------------

SMOOTHIE FRAIS

Verrine de 3 oz	3,95\$ / unité
Verre de 6 oz	7,50\$ / unité

BOISSON EN CARAFE (au litre, + ou - 5 portions)

Décoction du moment	13,00\$
Limonade hibiscus, menthe, gingembre	13,00\$
Limonade citron, basilic, miel	13,00\$
Smoothie maison	19,00\$
Jus d'orange	14,00\$
Lait biologique	14,00\$

BOUTEILLES INDIVIDUELLES

Eau pétillante	2,30\$
Kombucha biologique	5,60\$
Thé glacé biologique	3,95\$
Jus LOOP au choix du chef	3,45\$

PLATEAU SANTÉ - SUR LE POUCE



SANDWICH

Inclut :

2 salades composées de saison

Sandwich avec garniture de saison

Bretzels et fromage

Dessert au choix du chef

Café équitable Honoré, thé Camellia Sinensis ou tisane Signature du Monastère

Choix d'un pain* :

1. Baguette
ou
2. Wrap

Protéine* :

1. Poitrine de poulet Voltigeurs
ou
2. Végé-pâté maison

Servies en plateau individuel : 22,50\$ / personne

Servies dans un contenant individuel compostable : 25,50\$ / personne

Ajouter la soupe en supplément : 5,00\$ / personne

* Doit être le même pour tout le groupe. Pour les végétariens, la protéine animale sera remplacée par une protéine végétale au choix du chef. Une alternative sera proposée pour les groupes qui auront plusieurs repas avec le plateau santé.

PLATEAU SANTÉ - MONASTIQUE



SANDWICH OU SALADE

Inclut :

Soupière du moment

2 salades composées de saison, fromage et bretzels

Choix de salade repas avec protéine **ou** sandwich avec garniture de saison

Dessert au choix du chef

Café équitable Honoré, thé Camellia Sinensis ou tisane Signature du Monastère

Choix de protéines* :

1. Rôti de bœuf froid
2. Filet de porc fermier
3. Mousse de tofu aux herbes
4. Tempeh atsuage et algues wakamé
- 🌿 5. Saumon fumé Grizzly
- 🌿 6. Saumon pastrami de Grizzly

Option chaude disponible :

Un plat chaud au choix du chef est disponible en remplacement du sandwich ou de la salade repas avec protéine.

Un seul choix commun pour tout le groupe.

Vos invités végétariens identifiés au plus tard 10 jours avant l'événement bénéficieront d'un plat végétarien chaud de notre sélection.

Servies en plateau individuel : 33,50\$ / personne

Servies dans un contenant individuel compostable : 36,50\$ / personne

* Doit être le même pour tout le groupe. Pour les végétariens, la protéine animale sera remplacée par une protéine végétale.

FORMULE BUFFET

Cette formule est disponible pour les groupes de 20 personnes et plus.

BUFFET FRAÎCHEUR

Inclut :

Soupière du moment, pain et ghee (beurre clarifié sans lactose)

2 salades composées

Choix de pain (baguette ou wrap) avec végé-pâté ou saumon fumé Grizzly Coho ou poitrine de poulet Voltigeurs et garniture de saison

Hummus, craquelins et olives marinées

Pousses fraîches

Dessert au choix du chef

Café équitable Honoré, thé Camellia Sinensis ou tisane Signature du Monastère

Choix de pain* :

1. Baguette
- ou
2. Wrap

26,50\$ / personne

* Doit être le même pour tout le groupe.

FORMULE BUFFET

Cette formule est disponible pour les groupes de 20 personnes et plus.

BUFFET GOURMAND

Inclut :

Soupière du moment, pain et ghee (beurre clarifié sans lactose)

2 salades composées

Choix d'un plat principal servi chaud (voir page 9)

Hummus, craquelins et olives marinées

Pousses fraîches

Dessert au choix du chef

Café équitable Honoré, thé Camellia Sinensis ou tisane Signature du Monastère

Choisissez un plat dans ceux décrits à la page 9 (végétarien, poisson ou viande). Afin d'éviter le gaspillage alimentaire, les portions seront calculées en fonction du nombre de participants.

Vos invités végétariens identifiés au plus tard 10 jours avant l'événement bénéficieront d'un plat végétarien chaud de notre sélection.

33,50\$ / personne

AJOUTEZ UN COMPLÉMENT À VOTRE BUFFET

Bol de fruits frais coupés	39\$ / 15 pers. 65\$ / 25 pers.
Plateau de crudités (non disponible en hiver)	64\$ / 20 pers.
Bol de salade composée	95\$ / 20 pers.
Planche de fromages	189\$ / 20 pers.
Planche de poissons fumés	249\$ / 20 pers.

MENU À L'ASSIETTE



Cette formule est disponible pour les groupes de 25 personnes et plus.

CHOIX DE MENU

FORMULE 3 SERVICES

Inclut :

Soupière du moment, pain et ghee
(beurre clarifié sans lactose)

Plat principal et son accompagnement

Dessert au choix du chef

Café équitable Honoré, thé Camellia
Sinensis ou tisane Signature du Monastère

39,50\$ / personne

FORMULE 4 SERVICES

Inclut :

Entrée saisonnière

Soupière du moment, pain et ghee
(beurre clarifié sans lactose)

Plat principal et son accompagnement

Dessert au choix du chef

Café équitable Honoré, thé Camellia
Sinensis ou tisane Signature du Monastère

49,50\$ / personne

Sélectionnez un choix dans chacune des catégories de la page 9
(végétarien, poisson et viande).

Vous devez contacter vos participants pour leur faire choisir parmi ces 3 plats
au plus tard 10 jours avant la tenue de votre événement.

Dans le cas où ce délai ne serait pas respecté, le choix sera effectué par notre chef.

MENU ÉTÉ-AUTOMNE 2024

Voici les plats qui pourront vous être servis
sous forme de buffet gourmand ou de menu à l'assiette.

VÉGÉTARIEN

Seitan san gluten, champignons à la grecque, seigle criblé

—

Tofu à la japonaise, riz, légumes de saison

—

Cari de légumineuses, patate douce, légumes de saison

POISSON

Lotte à l'armoricaine (sauce à la tomate, bisque de homard, paprika et olives), kamut, légumes de saison

—

Saumon à l'érable, purée de pommes de terre et carottes, légumes de saison

—

Poisson d'arrivage, servi selon l'inspiration du chef

VIANDE

Poulet jamaïcain à la jerk, patate douce, riz sauvage, brocoli, chutney d'argousier

—

Spaghetti de riz brun sans gluten, boulettes de viande de bison, sauce tomate aux légumes

—

Joues de porc barbecue, polenta aux tomates séchées, légumes de saison grillés

Tous nos repas sont sans lactose.

COCKTAIL DINATOIRE

Vous devez commander un minimum de 3 douzaines par choix de bouchées.

BOUCHÉES SALÉES CHAUDES

- 🌿 Mini-cakes aux légumes grillés selon l'inspiration du chef
- 🌿 Rouleaux impériaux croustillants aux légumes et au tofu, sélection de sauces aigres-douces, ketchup maison et yogourt
- 🌿 Bouchées de faux poulet croustillant, sauce Général Tao
 - Mini-cakes de la mer (selon l'arrivage du moment)
 - Brochettes de crevettes gambas et sélection de sauces selon l'inspiration du chef
 - Croquettes de brandade de morue, sauce yogourt au citron, aux herbes fraîches et à l'ail
 - Rouleaux impériaux croustillants au poulet, sélection de sauces aigres-douces, ketchup maison et yogourt
 - Brochettes de poulet satay, sélection de sauces tahini et cari
 - Cubes tièdes de jambonneau de porc fermier, sauce à la bière brune, argousier et romarin

47,00\$ / douzaine

COCKTAIL DINATOIRE

Vous devez commander un minimum de 3 douzaines par choix de bouchées.

BOUCHÉES SALÉES FROIDES

-  Mousse de betterave coco ou féta de chèvre (selon la saison), servie en verrine ou sur craquelins
- Salade fraîche de crevettes nordiques servie en verrine ou sur tranches de concombre, selon l'inspiration du chef
- Saumon fumé pastrami servi sur blinis, sauce yogourt au citron, aux herbes fraîches et à l'ail
- Roulés de magret de canard et rémoulade de légumes maison
- Assortiment de terrines sélectionnées par le chef, servies sur croutons de pain ou craquelins
- Sauté de bavette de bœuf mariné et sa sauce tzatziki maison, servi sur pain naan

47,00\$ / douzaine

BOUCHÉES SUCRÉES

- Macarons du moment
- Mini-tartelettes de saison
- Brownies végétaliens
- Cannelés

33,00\$ / douzaine

COCKTAIL DINATOIRE

AJOUTEZ UN PLATEAU DE GRIGNOTINES À PARTAGER À VOTRE COCKTAIL DINATOIRE.

Inclut : trempette maison (hummus ou autre), olives marinées, bretzels sans gluten, et craquelins bio

55,00\$ / 6 personnes

PLANCHES DÉCOUVERTE

Idéales pour accompagner votre buffet ou votre cocktail dinatoire!

PLANCHE DE FROMAGES

Assortiment de fromages du Québec et de pains gourmands aux fruits secs et aux noix

189,00\$ / 20 personnes

PLANCHE DE POISSONS FUMÉS

Assortiment de trois variétés de poissons fumés du Québec et condiments

249,00\$ / 20 personnes



PETIT DÉJEUNER EN SALLE

Cette formule est disponible pour les groupes de 25 personnes et plus.

BRUNCH

39,00\$

Bol de fruits frais
Verrines de yogourt, compotée de fruits et granola
Plateau de poissons froids
Mesclun et vinaigrette
Salade composée
Frittata aux légumes
Gaufres maison
Pain frais, ghee (beurre clarifié sans lactose) et confitures
Poêlée de légumes de saison
Jambon à l'os
Jus d'orange
Café, thé, tisanes Signature du Monastère

BUFFET

24,50\$

Bol de fruits frais
Yogourt et granola
Compote de fruits frais
Œufs durs
Végé-pâté
Fromage sans lactose
Pain sucré
Céréales
Frittata aux légumes
Gaufres maison
Cake oignons et cheddar
Pain, ghee (beurre clarifié sans lactose) et confitures
Smoothie
Jus d'orange
Café, thé, tisanes Signature du Monastère



CARTE DES BOISSONS

APÉRITIF AU VERRE

Kir, vin blanc et crème de cassis artisanale	7,50\$
Kir royal, mousseux et crème de cassis artisanale	10,00\$

BIÈRE À LA BOUTEILLE

Glutenberg*	9,00\$
La Barberie*	11,00\$

*sélection du moment

BOISSONS EN CARAFE (± 5 portions) SANS ALCOOL

Décoction du moment	13,00\$
Limonade hibiscus, menthe, gingembre	13,00\$
Limonade citron, basilic, miel	13,00\$
Smoothie maison	19,00\$
Moût de pommes	24,00\$

BOUTEILLES INDIVIDUELLES SANS ALCOOL

Eau pétillante	2,30\$
Kombucha biologique	5,60\$
Thé glacé biologique	3,95\$
Bière sans alcool Carpenter	3,95\$
Jus LOOP au choix du chef	3,45\$

Vins locaux disponibles
sur demande selon
l'approvisionnement
du moment

VIN AU VERRE

Blanc, Sélection du Monastère	9,00\$
Rouge, Sélection du Monastère	9,00\$

VIN BLANC À LA BOUTEILLE

Fuenteseca 2017	43,00\$
Sauvignon Blanc bio, Espagne (fruité et vif)	
Adega de Penalva Dao bio, Portugal (aromatique et floral)	43,00\$
Naturae Pays d'Oc*, Gérard Bertrand, France Chardonnay	50,00\$

*selon la disponibilité

VIN ROUGE À LA BOUTEILLE

Aranleon Blés Crianza bio, Espagne (fruité et généreux)	43,00\$
Cono Sur Organico Pinot Noir 2017 bio, Chili (aromatique et charnu)	43,00\$
Tautavel Héritage, Côtes du Roussillon* Grenache, carignan, syrah	50,00\$

*selon la disponibilité

VIN ROSÉ À LA BOUTEILLE*

Pétale de Rose bio, Provence, France	54,00\$
---	---------

*En période estivale seulement

MOUSSEUX À LA BOUTEILLE

Parés Baltà Cava Brut bio	45,00\$
Louis Bouillot Perle D'Aurore, Crémant de Bourgogne, rosé	57,00\$

Le Monastère fournira gratuitement les services d'un serveur ou d'une serveuse si la vente de boissons est de 250 \$ (avant taxes) et plus. Si ce n'est pas le cas et que vous désirez ce service, la différence entre 250\$ et le montant de la vente de boissons vous sera facturée.