



## MENU BANQUET



2025

### 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 combinent 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



# COLLATIONS ET PAUSE SANTÉ



## À MANGER

### COLLATIONS AU CHOIX

Bouchée d'énergie	1,90\$ / unité
Biscuit avoine et raisins	2,50\$ / pour 3
Biscuit avoine et noix de coco	2,50\$ / pour 3
Macaron	2,90\$ / unité
Pain déjeuner santé maison	2,50\$ / unité
Verrine de pouding chia	2,50\$ / unité
Muffin santé	4,60\$ / unité
Brownie végétalien	4,00\$ / unité
Collation sans allergènes (emballée)	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	4,00\$ / portion
Pour 15 personnes	45,00\$
Pour 25 personnes	75,00\$

### SUCRE À LA CRÈME

#### de la pâtisserie Praline et Chocolat

Planche de 18 unités	25,50\$
----------------------	---------

## 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 \* 12,50\$ / 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

### BOISSONS EN CARAFE

#### (au litre, 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 Éklor au choix du chef	6,00\$

# SUR LE POUCE



## FORMULE REPAS FROID

Service en plateau individuel pour 19 personne et moins et service en buffet pour 20 personne et plus.

### Inclut :

- > 2 salades composées de saison
- > Sandwich avec garniture de saison
- > Grignotines au choix du chef
- > Dessert au choix du chef
- > Café équitable Honoré, thé Camellia Sinensis ou tisane Signature du Monastère

### Choix d'un pain pour le sandwich :

- > Baguette
- > Wrap

### Choix d'une protéine pour le sandwich :

- > Poitrine de poulet Voltigeurs
- > Rôti de boeuf froid (servi en baguette)
- >  Végé-pâté maison
- > Saumon fumé Grizzly (supplément de 3,50\$)

Le choix du pain et de la protéine doit être le même pour tout le groupe. Pour les végétariens, la protéine animale sera remplacée par une protéine végétale au choix du chef.

23,50\$ / personne

- > Service en contenant individuel recyclable

26,50\$ / personne

- > Servi avec potage

27,50\$ / personne

# LE MONASTIQUE



## FORMULE REPAS CHAUD

### Inclut :

- > Soupière du moment, pain et ghee (beurre clarifié sans lactose)
- > 2 salades composées
- > Choix d'un plat principal chaud pour le groupe  
*Nos menus étant saisonniers, vous pourrez sélectionner votre plat végétarien, de poisson ou de viande lors de la coordination de votre événement.*
- > Grignotines au choix du chef
- > Pousses fraîches
- > Dessert au choix du chef
- > Café équitable Honoré, thé Camellia Sinensis ou tisane Signature du Monastère

Service en plateau individuel pour 19 personne et moins et service en buffet pour 20 personne et plus.

Afin d'éviter le gaspillage alimentaire, les portions seront calculées en fonction du nombre de participants.

33,50\$ / personne

## FORMULE BOL-REPAS FROID

### Inclut :

- > Soupière du moment, pain et ghee (beurre clarifié sans lactose)
- > Bol repas Monastique composé d'un féculant, verdurette, légumes frais selon l'arrivage et choix d'une protéine\*
- > Dessert au choix du chef
- > Café équitable Honoré, thé Camellia Sinensis ou tisane Signature du Monastère

### \* Choix de protéine :

- Poulet asiatique
- Crevette coco cari
- Pavé de saumon aux herbes salées
-  Tofu banh-mi
-  Végé pâté maison

33,50\$ / personne

Vos invités végétariens identifiés au plus tard 14 jours avant l'événement bénéficieront d'un plat végétarien chaud de notre sélection.

## ACCOMPAGNEMENTS

- > Bol de fruits frais coupés  
45\$ / 15 pers.  
75\$ / 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



## CHOIX DE MENU

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

### 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**

Nos menus étant saisonniers, vous pourrez sélectionner votre plat végétarien, de poisson et de viande lors de la coordination de votre événement.

Vous devez contacter vos participants pour leur faire choisir parmi ces 3 plats **au plus tard 14 jours avant la tenue de votre événement**. Dans le cas où ce délai ne serait pas respecté, le choix sera effectué par notre chef.

# COCKTAIL DINATOIRE



## BOUCHÉES SALÉES CHAUDES

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

47,00\$ / douzaine

## 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
- > 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

**Vous devez commander un minimum de 3 douzaines par choix de bouchées pour les bouchées salées chaudes et froides.**

## COCKTAIL DINATOIRE



AJOUTEZ UN PLATEAU DE GRIGNOTINES À PARTAGER  
À VOTRE COCKTAIL DINATOIRE

Inclut :

- > Tremlette maison (hummus ou autre)
- > Olives marinées
- > Bretzels sans gluten
- > Craquelins bio

55,00\$ / 6 personnes

### PLANCHES DÉCOUVERTES

CES PLANCHES SONT IDÉALES POUR ACCOMPAGNER VOTRE BUFFET  
OU VOTRE COCKTAIL DINATOIRE !

#### PLANCHE DE FROMAGES

Inclut:

- > Assortiment de fromages du Québec et de pains gourmands

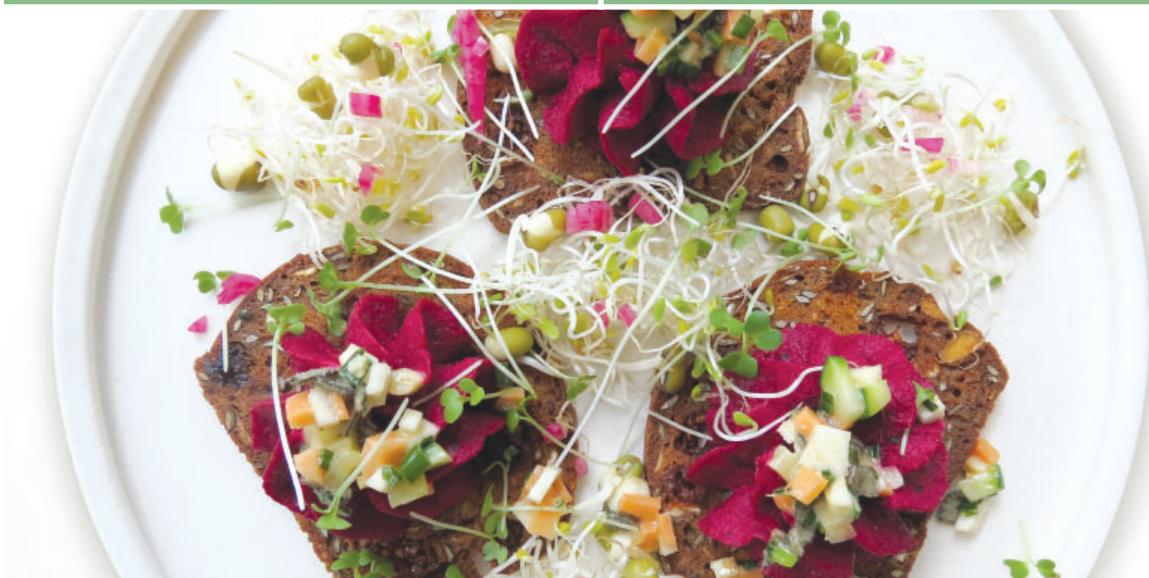
189,00\$ / 20 personnes

#### PLANCHE DE POISSONS FUMÉS

Inclut:

- > Assortiment de trois variétés de poissons fumés du Québec et condiments

249,00\$ / 20 personnes



## PETIT DÉJEUNER EN SALLE



### BRUNCH

- > 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

39,00\$ / personne

### BUFFET

- > 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

25,00\$ / personne

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



# CARTE DES BOISSONS



## AU VERRE

### APÉRITIF

Kir 7,50\$  
*vin blanc et crème de cassis artisanale*

Kir royal 10,00\$  
*mousseux et crème de cassis artisanale*

### BIÈRE EN BOUTEILLE

Glutenberg\* 9,00\$

La Barberie\* 11,00\$  
*\*sélection du moment*

### VIN

Blanc, sélection du Monastère 9,00\$

Rouge, sélection du Monastère 9,00\$

## SANS ALCOOL

### BOISSONS EN CARAFE (± 5 portions)

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

Eau pétillante 2,30\$

Kombucha biologique 5,60\$

Thé glacé biologique 3,95\$

Bière sans alcool Carpenter 3,95\$

Jus Éklor au choix du chef 6,00\$

## À LA BOUTEILLE

### VIN BLANC

Fuenteseca 45,00\$  
*Sauvignon Blanc, bio, Espagne (fruité et vif)*

Kir-Yianni Paranga 45,00\$  
*Grèce (fruité et vif)*

Naturae Pays d'Oc\* 50,00\$  
*Gérard Bertrand, France Chardonnay (aromatique et rond)*  
*\*selon la disponibilité*

### VIN ROUGE

Masi Passo Doble 45,00\$  
*Argentine, bio (aromatique et souple)*

Cono Sur Organico 45,00\$  
*Pinot Noir bio, Chili (aromatique et souple)*

Tautavel Héritage, Côtes du Roussillon\* 50,00\$  
*Grenache, carignan, syrah (aromatique et charnu)*  
*\*selon la disponibilité*

### VIN ROSÉ

*En période estivale seulement*

Pétale de Rose bio 54,00\$  
*Provence, France (fruité et léger)*

### MOUSSEUX

Parés Baltà Cava Brut bio 45,00\$  
*(fruité et vif)*

Louis Bouillot Perle D'Aurore 57,00\$  
*Crémant de Bourgogne, rosé (fruité et vif)*

**Vins locaux disponibles sur demande selon l'approvisionnement du moment.**

Lors d'un bar payant, 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.