

## COORPORATIF

### • BOITE À LUNCH

#### De la semaine \$ 20,95

Salade composée, accompagnements, demis sandwichs, salade verte, dessert.

Minimum de 5 identiques.

#### Végétarienne \$ 20,95

Salade composée, accompagnements, demis sandwichs, salade verte, dessert.

#### Végane \$ 21,95

Salade composée, accompagnements, demis sandwichs, salade verte, dessert.

#### Pro allergie \$ 22,95

Exclusions des allergies principales : gluten, lactose, arachide, produits de la mer, noix, sulfite, oeuf.

les ustensiles et napkins sont inclus.

## DÉJEUNER

#### Boite petit-déjeuner \$ 12,95

Minis viennoiseries, scone aux canneberges, grande verrine de yogourt aux petits fruits, salade de fruits frais.

#### Boite petit-déjeuner végétane \$ 10,50

Pouding de chia au lait d'amande, pain banane chocolat, mini croissant, fruits frais coupés.

#### Boite petit-déjeuner sans gluten \$ 9,95

Fromage ricotta et cheddar, graines de citrouilles, pain sans gluten, fruits frais coupés.

#### Boite à brunch - livrée chaude \$ 15,95

Oeuf brouillé ou omelette, bacon ou jambon braisé, pommes de terre grelôts, fèves au lard.

#### Boite déjeuner gourmand \$ 15,95

Croissant garni aux oeufs, bacon, fromage, laitue et mayonnaise, yogourt aux petits fruits, mini viennoiserie.

#### Déjeuner gourmand sans gluten \$ 12,95

Oeufs coques ou saumon ou jambon, fromage ricotta, cheddar, graines de citrouilles, pain sans gluten, fruits frais.

#### Boite déjeuner scandinave \$ 13,95

Bagel au saumon fumé et fromage frais, viennoiserie gourmande, scone aux canneberges, yogourt aux petits fruits.

# MENU

### • LUNCH ET BOL REPAS

#### Boite bento \$ 16,95

2 items au choix parmi salade, soupe et dessert, demis sandwichs.

#### Pokebowl \$ 18,95

Protéines au choix : Sashimi de saumon ou thon, tataki de boeuf, tofu mariné.

#### Bol santé \$ 17,95

Protéines au choix : mi cuit de thon, canard fumé, poulet grillé, shitaké, saumon

#### Salade César au poulet grillé \$ 17,95

Possibilité de version végétarienne aux oeufs durs.

### • COFFRET GOURMET

#### Coffret gourmet régulier \$ 31,95

Salade élaborée, protéine au choix parmi thon, boeuf, poulet, saumon et canard, fromage, raisins, craquelins, croustillants artisans, dessert patissier.

#### Coffret le végétane \$ 31,95

Tofu grillé mariné sauce sierra.

#### Coffret cétoène \$ 31,95

Protéine au choix : saumon, thon, poulet, canard.

### • BREUVAGES

Eau 330ml \$ 2,50

Soda 355ml \$ 2,50

Jus de fruits 300ml \$ 2,50

Jus de légumes 300ml \$ 2,50

Kit café jetables 16p \$ 44,95

Kit café costa rica 25, 50, 100p

MENU TRAITEUR

## BUFFET FROID

# MENU

### • PLATEAUX SALÉS

#### Salade hebdomadaire - 10 portions. \$ 34,95

Salade composée de la semaine en cours.  
Plateaux recyclables.

#### Plateau de sandwichs hebdomadaire - \$ 72,95

##### 10 portions.

Plateau de sandwichs hebdomadaire, au choix du menu de la semaine. Plateaux recyclables.

#### Sandwich Bœuf méchoui Las Olas - \$ 72,95

##### 10 portions.

Pain buns doré, boeuf méchoui tranché finement, laitue frisée, tomate, sauce BBQ maison. Plateaux recyclables.

#### Sandwich Del Sol - 10 portions. \$ 72,95

Pain navette, poulet fumé Las Olas, pistou de coriandre, oignon rouge mariné, poivrons rôtis et câpres.

#### Wrap César au poulet fumé (ranchero) \$ 72,95 - 10 portions.

Tortillas de couleur, laitue, poulet fumé, bacon, croûtons à l'ail, sauce ranchero, pâte chipotlée. Plateaux recyclables.

#### Plateau des incontournables ranchero \$ 72,95 & boeuf méchoui) - 10 portions.

10 demi-tortillas Ranchero et 10 demi Las Olas au bœuf méchoui. Plateaux recyclables.

#### Croissant parisien au jambon et fromage - 10portions. \$ 72,95

Croissant pur beurre, jambon blanc parisien, fromage suisse, roquette et mayo dijonnaise. Plateaux recyclables.

#### Sandwichs classiques oeuf, jambon, poulet - 48 pointes. \$ 59,95

Plateaux de sandwichs classique aux œufs, jambon ou poulet sur pain blanc et brun. Plateaux recyclables.

#### Plateau de roulés boeuf, poulet mangou ou végane - 48 Morceaux. \$47,95

#### Plateau de duo de cheddars du Québec, craquelins - 10 portions. \$ 34,95

Plateau de duo de cheddars du Québec et craquelins. Plateaux recyclables.

#### Plateau de fromages, pain et craquelins.

500g	\$ 50,95
1kg	\$ 95,95
2kg	\$ 185,95

#### Ardoise de saumon fumé maison 450g \$ 59,95

Emulsion dijon et érable, radis, caviar de moutarde maison et œuf tobiko, pains frais et croutons. Plateaux recyclables.

#### Ardoise de magret de canard fumé maison - 350g. \$ 54,95

Salsa verte et pickels maison, pains frais et croutons - Plateaux recyclables.

#### Ardoise de charcuteries - 600g. \$ 55,95

Bresaola, rilette de canard, chorizo séché et charcuterie du moment, moutardes fines, pickels maison, pains frais et croutons. Plateaux recyclables.

#### Plateau apéro las olas - 10 portions. \$ 52,95

Légumes croquants et trempette, olives grillées au romarin, noix épicées, méli mélo, duo de cheddar, chorizos séchés, cornichons marinés et croûtons. Plateaux recyclables.

#### Plateau d'olives marinées et antipasti avec pain et grissinis - 10 portions. \$ 49,95

Mélange d'olives, vertes, noires et violettes, de poivrons, d'aubergines et d'artichauts marinés, de perles de bocconcini et de tomates cerises. Plateaux recyclables.

#### Plateau de crudités - 10 portions. \$ 34,95

Duo de hummus, assortiment de légumes saisonniers.

#### Plateaux de pizza froides aux tomates - 24 morceaux. \$ 45,95

Pizza froide aux tomates. Plateaux recyclables.

#### Bol de chips BBQ fumé au whisky - 10 portions. \$ 22,95

Bol de chips légèrement épicées. Plateaux recyclables.

#### Gougère au fromage - 10 unités. \$ 9,95

Bouchées salées faites avec de la pâte à choux et du fromage. Plateaux recyclables.

#### Méli Mélo - 10 portions. \$ 19,95

Mélange de biscuits salé et fromager. Plateaux recyclables.

#### Noix grillées épicées - 10 portions. \$ 24,95

Bol de noix grillées maison, légèrement épicées. Plateaux recyclables.

#### Œufs mimosa - 10 portions. \$ 12,95

Œufs mimosa (mayonnaise). Plateaux recyclables.

#### Kit buffet froid équipements jetables (assiette, ustensile, napkin, verre, ustensile de service) \$ 2,00 par personne

Profitez d'un service prêt à consommer avec notre kit d'équipements pour votre buffet froid.

## LAS OLAS TRAITEUR

## BUFFET FROID

# MENU

### • PLATEAUX SUCRÉS

**Plateau de fruits frais - 10 portions. \$ 39,95**

5 à 6 variétés selon disponibilités de saison.  
Plateaux recyclables.

**Salade de fruits frais - 10 portions. \$ 34,95**

Salade de fruits frais de saison. Plateaux recyclables.

**Brochettes de fruits 6" - 10 unités. \$ 39,50**

Fruits de saison. Plateaux recyclables.

**Plateau de desserts - 10 portions. \$ 35,95**

Plateau de dessert Individuel pour 10 personnes, fait maison par notre pâtissier. Plateaux recyclables.

**Mini tartelette à la saveur du jour - \$ 24,95  
12 unités.**

Mini tartelette à la saveur du jour. Plateaux recyclables.

**Plateau découverte de douceurs - \$ 74,95  
30 Morceaux.**

Plateau découverte de douceurs au choix de la pâtissière.

**Biscuits gourmets - 12 unités. \$ 17,95**

Biscuits gourmets : brisures de chocolat, double chocolat, avoine et raisins, noix de macadam et chocolat. Plateaux recyclables.

**Macarons artisans 12 saveurs variées \$ 29,95  
12 unités.**

**Petites verrines sucrées - 12 unités. \$29,95**

Petites verrines sucrées : mousse au chocolat, mousse à l'érable, mousse aux fruits rouges.

**Grande verrine yogourt aux fruits et muesli - 10 portions. \$ 49,50**

Verrine de Yogourt à la vanille, coulis de fruits frais et muesli.

**Bouchée de brownies - 12 unités. \$ 11,95**

Bouchées desserts : mini bouchée de brownies au chocolat et caramel. Plateaux recyclables.

**Brownies Las Olas - 12 unités. \$ 34,95**

**Cake matinale du chef - 10 portions. \$ 11,95**

La saveur dépend de la saison. Plateaux recyclables.

**Mini croissants - 12 unités. \$ 12,95**

Mini croissant pur beurre. Plateaux recyclables.

**Plateau de douceurs matinales - 25 unités \$ 34,95**

5 mini croissants 5 scones 5 mini viennoiseries  
5 chocolaines 5 mini muffins. Plateaux recyclables.

### • BREUVAGES

**Eau 330ml \$ 2,50**

**Soda 355ml \$ 2,50**

**Jus de fruits 300ml \$ 2,50**

**Jus de légumes 300ml \$ 2,50**

**Kit café jetables 16p \$ 44,95**

**Kit café costa rica 25, 50, 100p**

**Kit buffet froid équipements jetables \$ 2,00  
(assiette, ustensile, napkin, verre, ustensile de service)  
par personne**

Profitez d'un service prêt à consommer avec notre kit d'équipements pour votre buffet froid.

### • BUFFET DÉJEUNER

**Le Réveil matin \$ 7,95  
par personne**

Mini viennoiserie, mini croissant fruits coupés.

**Le Santé matin \$ 8,95  
par personne**

Grand yogourt aux fruits et muesli, muffin santé.

**Le Pause matin \$ 9,95  
par personne**

Scône, biscuit gourmet, salades de fruits, cake.

**Le lève tôt \$ 10,95  
par personne**

Mini viennoiserie, mini croissant, duo de cheddars du Québec, fruits frais coupés.

**Le Savoureux \$ 11,50  
par personne**

Mini viennoiserie, cake, scône, duo de cheddars du Québec, fruits frais coupés.

**Le Las Olas \$ 12,50  
par personne**

Scône, cake, petite verrine de yogourt aux fruits, duo de cheddars du Québec, fruits frais coupés.

**Le Matinal chaud \$ 21,95  
par personne**

Prévoir en supplément le matériel associé, l'installation et la récupération.

## BOUCHÉES COCKTAIL

### • FORMULES

Minimum de 10 portions par bouchées.

L'accueillant - 3 bouchées.	\$ 9,95
Le plaisant - 5 bouchées.	\$ 14,95
Le 5@7 - 8 bouchées.	\$ 24,95
Le copieux - 12 bouchées.	\$ 35,95
Cocktail dinatoire - 15 bouchées.	\$ 45,95

Kit cocktail jetable (napkins,  
ustensiles de service). \$ 0,50

Les tarifs sont par personnes.

## BOUCHÉES FROIDES

- ◆ Blinis de saumon fumé au sésame et crème fraîche à l'aneth
- ◆ Macaron au fromage blanc citronné, herbes fraîches et pépites d'or
- ◆ Pic tomate, Bocconcini, balsamique
- ◆ Mousse de foie de volaille sur pain d'épices
- ◆ Tarte fine aux olives, tomates, fêta, oignons rouges
- ◆ Ballottine de volaille aux abricots et romarin
- ◆ Bouchée charcutière à la rilette de canard
- ◆ Tartare de bœuf bistro et panier croustillant
- ◆ Tacos de radis melon et canard confit
- ◆ Tataki de bœuf Angus (AAA) sauce wafu et yuzu
- ◆ Bébé smoked meat et son mini cornichon

# MENU

- ◆ Ceviche de pétoncle, purée de mangue, poivron et menthe
- ◆ Bébé guédille de homard et crabe
- ◆ Pic de crevette à la mangue et citronnelle
- ◆ Macaron au foie gras et confit d'oignons
- ◆ Mousse de faumage, cornet sésame
- ◆ Tartelette tutti frutti au chèvre frais
- ◆ Mini burger pumperpickel au gravlax de saumon
- ◆ Mousse betterave, salsa de concombres
- ◆ Mini brochette végétarienne antipasti

## BOUCHÉES CHAUDES

Pour ces bouchées il est nécessaire d'avoir un four sur place.

- ◆ Croustillant de légumes aigre douce
- ◆ Spanakopita trempette feta et origan
- ◆ Samossa de légumes, mayo curry
- ◆ Feuilleté de joue de boeuf, purée céleri
- ◆ Arrancini pesto tomate confite marinara
- ◆ Croquette de fromage chutney de pomme
- ◆ Ravioli frit au fromage, sauce marinara
- ◆ Feuilleté d'oignons confit au balsamique
- ◆ Dumpling aux légumes croustillants
- ◆ Cake de saumon sans gluten
- ◆ Satay de poulet sauce hoisin
- ◆ Pic de poulet croustillant du général
- ◆ Brochette de boeuf sauce chimichurri
- ◆ Quesadilla au poulet, crème sûre avocat