



LE TRAITEUR *DEP Sylvestre*

230, RUE MONTCALM À GATINEAU



(NOTRE SITE INTERNET)



(819) 771 3723
DEPANNEURSYLVESTRE@HOTMAIL.COM

UN PEU DE NOUS...

Depuis plus de 20 ans, l'Espace DEP Sylvestre (anciennement le Dépanneur Sylvestre) est là pour la communauté et par la communauté.

Sa mission est de cultiver un lieu d'échange et de participation citoyenne visant à briser l'isolement et à construire le vivre-ensemble dans la communauté.

Notre service traiteur permet à l'Espace DEP Sylvestre d'être un lieu de travail pour de nombreuses personnes en réinsertion sociale (employées et bénévoles).



SOMMAIRE

Informations générales	4
Déjeuner	5
Dîner-souper	6
L'Heure de l'apéro	7
Choix d'items	8

INFORMATIONS GÉNÉRALES

- **ALLERGIES/RESTRICTIONS ALIMENTAIRES**

Nous avons une grande variété de choix végétariens, sans gluten et sans lactose.

Nous vous invitons à nous informer **le plus tôt possible** de vos restrictions alimentaires et allergies pour que nous puissions en tenir compte dans l'élaboration de votre menu.

Les besoins plus spécifiques non inclus au menu seront facturés en extra à hauteur de **2\$/pers.**

- **LIVRAISON**

Les frais de livraison sont **inclus dans les prix affichés, pour chaque commande de 25 personnes minimum.**

Concernant le **ramassage des plats**, il serait apprécié si les personnes en charge nous les rapportent directement au sein de nos locaux.

Veuillez-nous le faire savoir si impossibilité de votre côté.

Pour toute commande de **moins de 25 personnes**, des frais de livraison seront facturés en supplément, **variant selon la distance**, n'hésitez pas à nous solliciter pour plus de précisions.

- **NOS SERVICES ADDITIONNELS**

A la demande, nous pouvons fournir **assiettes, couverts, verres et serviettes en papier** jetables et recyclables, facturés à hauteur de **1,5\$/pers.**

- **FRAIS D'ANNULATION**

En cas **d'annulation** dans les **7 jours** précédent le service traiteur, des frais à hauteur de **50%** de la facture initiale seront appliqués.

- **TAXES**

Pour rappel, les prestations de notre service traiteur sont **taxables.**

- **DES BESOINS SPÉCIFIQUES ?**

Nous avons à cœur de vous offrir le service qui **vous convient le mieux.** N'hésitez pas à nous communiquer vos **besoins spécifiques !**



DÉJEUNER

LE SUCRÉ

12\$
/Pers.

- Assortiment de muffins et/ou biscuits maisons (x1 par personne)
- Plateau de fruits frais
- Au choix (x1) : café, thé ou jus de fruits

LE FRANÇAIS

16\$
/Pers.

- Croissants beurrés
- Demi-baguettes, beurre et confiture
- Yaourt, coulis de fruits et granola maison
- Au choix (x2) : café, thé ou jus de fruits

LE GOURMAND

14\$
/Pers.

- Demi-bagels garnis au fromage à la crème, tomates confites et balsamique (x1 par personne)
- Plateau de fruits frais et fromages
- Au choix (x1) : café, thé ou jus de fruits

L'HEURE DE L'APÉRO

OPTION 1

10\$
/Pers.

- 2 plateaux au choix

OPTION 2

15\$
/Pers.

- 3 plateaux au choix

OPTION 3

20\$
/Pers.

- 4 plateaux au choix

LES PLATEAUX AU CHOIX :

- * Plateau de crudités variées
- * 1 trempette + 1 grignotine (voir choix items page 9)
- * Plateau de fromages variés, pain baguette, craquelins, olives, raisin (extra +1,3\$/pers)
- * Plateau de mini quiches du chef
- * Plateau de mini verrines tomates-mozzarella et concombres-fêta
- * Plateau de pizza du chef



DÎNER ET SOUPER

LE FRIAND

15\$
/Pers.

- 1 bouchée par personne
(x1 type)
- 2 choix de trempettes et/ou de grignotines
- 1 part de dessert par personne
(x1 type)

LE GOURMET

20\$
/Pers.

- 2 bouchées par personne
(x2 types)
- 3 choix de grignotines et/ou de trempettes
- 1 part de dessert par personne
(x2 types)

L'EXPERT

25\$
/Pers.

- 2 choix de salades
- 3 bouchées par personne
(x3 types)
- 3 choix de grignotines et/ou de trempettes
- 2 parts de dessert par personne
(x2 types)





CHOIX D'ITEMS

Bouchées sur pain :

- **Le Tempeh Doré**  

Tempeh grillé, oignons caramélisés et crudités

- **Le Tofu Addict**  

Tofu grillé au cari et crudités

- **Le Méga Cheddar** 

Double cheddar doux et fort, poivrons marinés et crudités

- **Le Marocain** 

Ceufs assaisonnés à la marocaine et crudités

- **Le Wilensky**

Viande fumée Schwartz, choux et crudités

- **Le Dinde en Folie**

Dinde et crudités

- **Le Français**

Croissant jambon et fromage

Bouchées de quiches :

- **La Grecque** 

Oignons fondus, épinard et fêta

- **L'Eté** 

Oignons fondus, tomates, courgettes, basilic

- **Le Saisonnier** 

Oignons fondus, tofu, champignons et ses légumes de saison

Bouchées de pizzas :

- **La Reine** 

Sauce tomate, jambon, mozzarella et olives

- **La Margharita** 

Sauce tomate, mozzarella et olives

- **Légumes de saison**

Sauce tomate, légumes de saison, mozzarella et olives



Végétarien



Sans Lactose



Végétalien



Sans Gluten

* sans gluten possible pour les bouchées sur pain, à la demande 

Salades :

- **La César** 

Salade César végétarienne, tofu, graines de citrouilles, câpres, croutons de pain et sa sauce vinaigrette

- **La Fraicheur**  

Salade d'épinard, orange, noix de Grenoble, fêta et sa vinaigrette à l'huile d'olive, sésame grillé et balsamique

- **L'Italienne** 

Salade de penne, tomates, mozzarella, noix de cajou, parmesan et huile d'olive











- **La Choux Crémeuse**  

Salade de choux variés et sa vinaigrette crémeuse







- **L'Orientale**   

Salade de quinoa aux légumes et sa sauce à l'orange et dattes

Grignotines et trempettes :

- Hummus huile d'olive et paprika  
- Fêta crémeuse aux fines herbes et huile d'olive  
- Caviar d'aubergine  
- Plateau de mini verrines tomates-mozzarella et concombre-fêta 
- Plateau de crudités variées  
- Pitas grillées au zaatar, sésame et ses olives vertes marinées 

Desserts maisons :

- Gâteau au chocolat
- Gâteau au citron pavot
- Gâteau aux carottes
- Gâteau aux bananes
- Mousse à la mangue sucrée au sirop d'érable  
- Crème au chocolat  
- Plateau de biscuits variés
- Salade de fruits variées  



**MERCI
POUR VOTRE CONFIANCE !**

**L'ÉQUIPE DE
L'ESPACE DEP SYLVESTRE**

