



GOURMAND & ENGAGÉ
depuis
1992

Le Gourmand



BOLS REPAS · BOÎTES À LUNCH · BUFFETS FROIDS

Un choix conscient et gourmand qui a un impact !



Se régaler en soutenant la communauté

En choisissant Resto Plateau, vous faites bien plus qu'une simple commande. Vous soutenez une entreprise d'économie sociale qui a pour mission la sécurité alimentaire et l'accès à l'emploi.

EN 2023-2024,
NOUS AVONS :

Distribué 94 680 repas à faible coût

Accompagné 154 personnes dans leur démarche vers le marché du travail

Distribué 4150 repas gratuits à des personnes en situation de précarité



Optez pour un traiteur responsable

Avec autant d'options végétariennes et végétaliennes qu'omnivores, des contenants réutilisables Retournzy, de la vaisselle véritable et des produits locaux, Resto Plateau vous permet de combler vos convives en limitant votre impact environnemental !

AVANTAGES RESTO PLATEAU :

Formules clés en main

- Personnel de service
- Permis de boisson
- Location de salle
- Livraison

Produits artisans québécois

Options végétariennes, végétaliennes et sans gluten

Exempt de taxes

COMMANDEZ ICI

Pour en savoir plus sur notre impact social et environnemental

VISITEZ LE SITE



Mission écoresponsable

Repas gourmands,
zéro déchets

Nous sommes fier.ère.s d'être le premier traiteur à Montréal à offrir les plats réutilisables Retournzy avec tous ses bols repas et boîtes à lunch. Ensemble, réduisons notre utilisation de produits à usage unique !





Bols repas

\$ PAR
PERSONNE

César

Canard fumé, romaine, chips de proshuitto, parmesan, croûtons et vinaigrette césar maison aux anchois

21,00 \$

Antipasto

Saucisson calabrese, bocconcini, petites coquilles, poivrons, artichauts, câpres, oignons, olives, et vinaigrette au pesto de tomates séchées

21,00 \$

Niçoise

Saumon fumé, pommes de terre, haricots, tomates, concombres, olives, oignons, œufs, et vinaigrette maison



21,00 \$

Quinoa

Fruit du jacquier, épinards, pois chiche cajun, carottes, radis, tomates, oignons, et vinaigrette au faux-yogourt, citron et menthe



21,00 \$

Coréen

Vermicelles de riz, chou rouge, concombre, poivrons, carottes, oignons, édamames, coriandre, vinaigrette miso et citronnelle



21,00 \$

- Tofu au curry
- Tataki de boeuf



SANS GLUTEN



VÉGÉ



VÉGANE



Boîtes à lunch

\$ PAR
PERSONNE

VIANDE FUMÉE

24,50 \$

- Sandwich viande fumée à la Montréal, pain bretzel, cornichons, aneth, olives et sauce moutarde et érable
- Salade de verdure, kale, agrumes, wontons croustillant et vinaigrette à l'érable
- Fromage et raisins
- Dessert au choix du chef



RÔTI DE BOEUF

23.50\$

- Sandwich au rôti de bœuf, focaccia au romarin, poivrons rouges grillés, oignons caramélisés, roquette et mayonnaise épicée
- Salade de chou-fleur et brocoli grillé, radis et vinaigrette citron et tahini
- Fromage et raisins
- Dessert au choix du chef



 SANS GLUTEN

 VÉGÉ

 VÉGANE



Boîtes à lunch

\$ PAR
PERSONNE

SAUMON FUMÉ

24,50 \$

- Sandwich au saumon fumé, mousse au fromage, câpres et lime, ciabatta au blé entier, aneth, bacon de mer, concombre, radis et micropousse
- Salade de verdure, kale, agrumes, wontons croustillant et vinaigrette à l'érable
- Fromage et raisins
- Dessert au choix du chef



BANH MI AU TOFU



22,50 \$

- Banh mi de tofu au curry, baguette, carottes confites, radis, concombre, coriandre et végénaise
- Salade de melon, concombre, fêta, roquette, basilic et vinaigrette au citron
- Crudités et trempette
- Dessert au choix du chef



SANS GLUTEN



VÉGÉ



VÉGANE



Boîtes à lunch

\$ PAR PERSONNE

FRUITS DU JACKIER

🌿 24,50 \$

- Sandwich au fruit du jackier style « philly cheesesteak », focaccia au romarin, poivrons et faux-mage
- Salade de chou-fleur et brocoli grillé, radis et vinaigrette citron et tahini
- Olives
- Dessert au choix du chef



LÉGUMES GRILLÉS

🌿 23,50 \$

- Légumes grillés, pain brioché poivrons rotis, aubergines, artichauts, houmous, tomates séchées, aioli végane
- Salade de quinoa, épinards, pois chiche cajun, carottes, radis, tomates, oignons et vinaigrette crèmeuse citron et menthe
- Olives
- Dessert au choix du chef



FORMULE SUR MESURE

- 2 demi-sandwichs au choix
- 1 salade au choix
- 1 accompagnement
- 1 dessert

25,50\$

Pour un menu à votre image, consultez nos sandwichs et salades à la carte en page 10



SANS GLUTEN



VÉGÉ



VÉGANE



Buffets froids

\$ PAR PERSONNE

LE CHOIX DU CHEF

18,50 \$

- 1 salade, choix du chef
- 1 sandwich, choix du chef
- 1 dessert, choix du chef

LE CLASSIQUE

23,50 \$

- Crudités, trempettes, olives, craquelins
- 1 salade à la carte
- 1 sandwich à la carte
- 1 dessert à la carte

LE GOURMAND

27,00 \$

- Crudités, trempettes, olives, craquelins
- 1 salade à la carte
- 1 sandwich à la carte
- 1 dessert à la carte
- 1 plateau à la carte



SANS GLUTEN



VÉGÉ



VÉGANE



Les plateaux classiques

\$ PAR PERSONNE

Crudités, olives,
tartinade d'artichauts,
hummus végétarien et
craquelins



4,50 \$

Fromages Cheddar
et Oka, raisins et
craquelins



6,00 \$

Saumon fumé, fromage
à la crème, câpres,
oignons rouges, citron
et bagels

12,00 \$

Fruits frais coupés



6,00 \$



 SANS GLUTEN

 VÉGÉ

 VÉGANE



Les plateaux du terroir

\$ PAR PERSONNE

Fromages fins locaux*

Triple crème de Laliberté, Clos-des-roches, Fleur des monts et Bleu d'Elizabeth, fruits frais, craquelins, chutney de courge d'automne et noix épicées



14,50 \$

Antipasto végétalien

Mousse de fauxmage, légumes marinés, foie gras végétalien maison, végétal pâté et chutney de saison



14,50 \$

Charcuteries québécoises*

Coppa, prosciutto et pancetta bio de Charlevoix, terrine de lapin de la Maison du gibier et saucisson fermier de La ferme des Quatres-Temps, olives, craquelins, confiture maison et oignons caramélisés

15,00 \$



*Peuvent varier selon la disponibilité



SANS GLUTEN



VÉGÉ



VÉGANE



Salades à la carte

\$ PAR
PERSONNE

Salade de verdure

Kale, agrumes, wontons
croustillant et vinaigrette à
l'érable



5,00 \$

Salade de chou-fleur et brocoli grillé

Radis et vinaigrette citron et
tahini



5,50 \$

Salade de melon

Concombre, féta, basilic et
vinaigrette au citron



5,75 \$

Salade coréenne avec vermicelles de riz

Chou rouge, concombre,
poivrons, carottes, oignons,
édamames, coriandre et
vinaigrette miso et
citronnelle



5,00 \$

Salade de quinoa

Épinards, pois chiche cajun,
carottes, radis, tomates,
oignons et vinaigrette
crémeuse citron et menthe



5,00 \$

Salade style panzanella aux haricots blanc

Roquette, tomates,
concombres, oignons,
olives, parmesan et
vinaigrette aïoli



5,75 \$

Salade de pâtes

Maïs, édamames, oignons,
radis, persil et vinaigrette
maison



5,00 \$



SANS GLUTEN



VÉGÉ



VÉGANE



Sandwichs à la carte

\$ PAR
PERSONNE

Rôti de bœuf

Focaccia au romarin,
poivrons rouges
grillés, oignons
marinés, roquette et
mayonnaise épicée

12,50 \$

Saumon fumé

Mousse au fromage,
câpres et lime, ciabatta au
blé entier, aneth, bacon de
mer, concombre, radis et
micropousse

11,50 \$

Sandwich caprese

Prosciutto, calabrese,
ciabatta aux olives,
tartinade d'artichauts,
tomates et basilic

11,00 \$

Banh mi de tofu au curry

Baguette, carottes
confites, radis,
concombres, coriandre
et végénaise



11,00 \$

Viande fumée à la Montréal

Pain bretzel,
cornichons, aneth
et sauce moutarde
et érable

11,50 \$

Fruit du jackier style « philly cheesesteak »

Focaccia au romarin,
poivrons et fauxmage



12,00 \$

Légumes grillés

Pain brioché, poivrons
rôtis, aubergines,
artichauts, hummus,
tomates séchées et
aïoli végane



11,00 \$

« Pas-de-croûtes », 6 pointes

- Jambon
- Poulet
- Oeuf
- Végé-pâté

11,00 \$



Pain sans
gluten

+ 2,00 \$



SANS GLUTEN



VÉGÉ



VÉGANE



Desserts

\$ PAR
PERSONNE

Cupcake maison	 	3,50 \$
Gâteau citron et huile d'olive		3,75 \$
Brownie divin avec agrumes confits		3,50 \$
Tarte key lime	 	3,75 \$
Salade de fruits, sirop au gingembre	 	3,50 \$
Financier amande et érable	 	3,75 \$
Tartelette carrée au fromage, pêche et réduction balsamique blanc	 	3,75 \$





Breuvages

\$ PAR
PERSONNE

Café équitable	2,50 \$
----------------	---------

Thé et tisane	2,50 \$
---------------	---------

Thé glacé maison	2,50 \$
------------------	---------

Limonade maison	3,50 \$
-----------------	---------

Eau citron-concombre	2,00 \$
----------------------	---------

Eau plate ou gazéifiée, petite bouteille	3,00 \$
--	---------

Eau plate ou gazéifiée, grande bouteille	5,50 \$
--	---------

Boisson gazeuse ou jus de fruit	3,00 \$
---------------------------------	---------





Au plaisir de vous servir

COMMANDEZ ICI

SERVICETRAITEUR@RESTOPLATEAU.COM

514 527-5997 #2321

