

MENU #6 L'ÉCONOMIQUE

Carottes et céleris

Fromage

Pains farcis (2)

(œufs, poulet ou jambon)

Biscuit

Boite à boire



MENU #7 LE DÉJEUNER



Yogourt

Salade de fruits

Mini croissants (2)

Mini chocolatine (1)

Confiture

Jus d'orange



Service Traiteur Bouff'elles

MENU BOÎTE À LUNCH

Nos boîtes à lunch vous combleront avec leurs crudités, salades, fromages, sandwiches, desserts et breuvages. Il vous revient de choisir votre variété de salade et de sandwiches parmi notre éventail de choix savoureux!



1060, rue Saint-François-Xavier
Trois-Rivières (Québec) G9A 1R8



819 378-3842



buffets.bouffelles@comsep.qc.ca
comsep.qc.ca/buffets-bouff-elles



BOUFF'elles

Traiteur | Buffets froids

Entreprise d'économie sociale de COMSEP

MENU BOITE À LUNCH

**Un choix
équitable, solidaire
et environnemental !**

MENU #1

Légumes, trempette et fromage

Choix de salades :

Chou crémeuse, macaroni, carottes et raisins, coquilles et tomates séchées, couscous ou pois chiches aux agrumes

Choix de sandwiches :

2 Pains farcis

(poulet - œufs ou jambon)

Tortilla aux œufs

(salade aux œufs, céleri et verdure)

Tortilla jambon

(jambon, carottes, fromage râpé, verdure et mayonnaise exotique)

Dessert

Breuvage

(eau ou jus de légumes)



MENU #3

Légumes, trempette et fromage

Choix de salades :

Chou crémeuse, macaroni, carottes et raisins, coquilles et tomates séchées, couscous ou pois chiches aux agrumes

Choix de sandwiches :

Tortilla au poulet césar

(poulet, fromage râpé, bacon, laitue romaine, sauce césar)

Croissant au jambon et brie

(jambon forêt noire, brie, confit d'oignons, canneberges et verdure)

Bagel au saumon fumé

(saumon fumé, fromage à la crème, oignons rouges, câpres et verdure)

Pain naan aux légumes grillés

(poivrons rouges, courgettes et oignons rouges grillés, purée d'aubergines, pesto, bocconcini et verdure)

Dessert

Breuvage

(eau ou jus de légumes)



MENU #4 SALADE REPAS

Hummus, craquelins et fromage

Choix de salades :

Poulet césar

(poitrine de poulet grillée, croûtons, fromage, bacon, laitue romaine et vinaigrette césar)

Thon

(thon, tomates séchées, olives noires, mayonnaise, poivrons rouges et verts, oignons rouges, laitue iceberg et vinaigrette)

Grecque

(fêta, tomates, concombres, olives noires, oignons rouges, laitue iceberg et vinaigrette grecque)

Poulet asiatique

(poitrine de poulet grillée marinée au sésame grillé, nouilles frites, amandes, mandarines, mesclun et vinaigrette mandarines)

Dessert

Breuvage

(eau ou jus de légumes)



MENU #2

Légumes, trempette et fromage

Choix de salades :

Chou crémeuse, macaroni, carottes et raisins, coquilles et tomates séchées, couscous ou pois chiches aux agrumes

Choix de sandwiches :

Tortilla exotique

(dinde, mangue, poivrons rouges, mayonnaise au cari, oignons rouges, verdure)

Tortilla à la tartinade de tofu

(tartinade de tofu, provolone, poivrons rouges, oignons rouges, carottes et verdure)

Croissant aux œufs

(salade aux œufs, mayonnaise au cari, céleri, verdure)

Croissant à la salade de poulet

(poulet, céleri, mayonnaise, verdure)

Kaiser au porc effiloché

(porc effiloché, provolone, cornichons, sauce BBQ)

Pain naan au thon

(thon, pomme verte, cari, mayonnaise)

Dessert

Breuvage

(eau ou jus de légumes)

MENU #5 - SANS GLUTEN

Légumes, trempette et fromage

Tortilla jambon

Choix de salades :

Carottes et raisins ou Chou crémeuse

Dessert

Breuvage

(eau ou jus de légumes)



**Service
Traiteur Bouff'elles**

MENU BOITE À LUNCH

**Un choix
équitable, solidaire
et environnemental !**

819 378-3842