


RESTO  
**végo**  
COMPLÈTEMENT VÉGÉ

*Menu traiteur  
100% végé*



RESTOVEGO.CA



Resto Végé vous présente son

## *Traiteur 100% végé*

**Commandez un buffet de mets chauds  
ou un buffet de salades, faites livrer  
le tout chez vous et dégustez votre VÉGO  
dans le confort de votre salon.**

**Choisissez des plateaux individuels  
de fromages, de sandwiches ou  
de vos canapés favoris.**

**Que vous soyez végé ou végane,  
RESTO VÉGO offre une vaste variété  
de bouchées, salades, mets chauds  
et desserts, pouvant satisfaire  
toutes vos envies!**

**N'hésitez pas à nous mettre au défi  
de réaliser votre menu parfait!**





# Lève-tôt

PLATEAUX OU À L'UNITÉ  
minimum 10 personnes

- Viennoiseries ✓ (10 pers.) **30.00\$**  
(croissants, brioches à la cannelle, chocolatines)
- Muffins véganes ✓ (10 pers.) **35.00\$**  
(sucrés à la purée de dattes, saveurs variées)
- Fruits frais **35.00\$**  
(en salade ou en plateau pour 10 pers.)
- Gruau à la mangue ✓ (à l'unité) **4.95\$**
- Pouding au chia ✓ (à l'unité) **4.95\$**
- Muesli ✓ (à l'unité) **4.95\$**
- Jus orange ou pomme (à l'unité) **3.50\$**



## Boîte à lunch

SANDWICH + CRUDITÉS  
+ SALADE + DESSERT SIMPLE

- Sandwich végo-pâté ✓
- Sandwich tofu du jardin ✓
- Sandwich avocat et fauxmage ✓
- Sandwich tofu miso ✓
- Sandwich pesto rouge et soya ✓
- Sandwich creton Végo ✓
- Salade de pâtes au pesto ✓
- Salade de betteraves et pommes ✓
- Salade de pommes de terre ✓
- Salade tabouleh ✓
- Biscuit du jour ✓
- Salade de fruits ✓
- Carré aux dattes ✓
- Carré aux noix
- Brownie ✓

à partir de 16,<sup>25\$</sup>

# Buffet froid

choisissez votre forfait

**#1**

- 2 choix de salades
- 1 choix de sandwich
- 1 choix de dessert

**17,<sup>95</sup>\$ par personne**

**#2**

- crudités et trempette
- 2 choix de salades
- 1 choix de sandwich
- 1 choix de dessert

**18,<sup>95</sup>\$ par personne**



# Buffet chaud

choisissez votre forfait

**#1**

- 1 choix de salade
- 1 choix de mets chaud
- 1 choix de dessert

**19,<sup>95</sup>\$ par personne**

**#2**

- crudités et trempette
- 1 choix de salade
- 2 choix de mets chauds
- 1 choix dessert

**20,<sup>95</sup>\$ par personne**

\* riz ou semoule inclus



Salades : quinoa, taboulé, pommes de terre, légumineuses, vermicelles et kale, pâtes au pesto, betteraves et pommes, orzo à la grecque, salade de saison.

Sandwichs : Végopâté, pesto aux poivrons rouges grillés, avocat fauxmage, tofu du jardin, creton.

Mets chauds : lasagne, gratin béchamel, sauté méditerranéen, spaghetti à l'ail, tempeh de saison, seitan thaïlandais, feuilleté aux asperges, cari pois chiches, tofu au gingembre, chili.

Desserts : tarte au sirop d'érable, gâteaux choco, gâteau citron-pavot, gâteau aux carottes, gâteau reine elizabeth, gâteau au fromage, variété de carrés ou biscuits.



# Canapés

À LA DIZAINE

**Bouchées à partir de 2.00\$ l'unité \***

- **Brochette méditerranéenne** ✓  
(protéine de soja, sauce au fenouil et tomates séchées, poivron, courgette, champignon)
- **Baluchon à la courge** ✓  
(courge butternut, courgette, carotte, protéine de soja, pâte phyllo)
- **Tomate cerise farcie** ✓  
(tomate cerise, fauxmage végane à la ciboulette)
- **Mini burger** ✓  
(tofu bbq, dijonnaise, tomate, roquette)
- **Végé-rouleaux** ✓  
(végé-pâté enroulé dans une pâte feuilletée)
- **Mini pizza**  
(sauce sicilienne, olive, pesto de basilic, fromage mozzarella ou fauxmage)
- **Roulé de zucchini** ✓  
(fauxmage végane à la ciboulette, canneberge, luzerne)
- **Roulé d'aubergine** ✓  
(hummus de poivrons rouges grillés maison, poivrons, sésame, chips de maïs)
- **Cornets mexicains**  
(tortilla, guacamole, purée d'haricots noirs, laitue, fromage mozzarella)
- **Torsade d'asperge** ✓  
(pâte feuilletée, sauce moutarde et sirop d'érable)
- **Croûton de creton Végé** ✓  
(creton Végé, artichaut, poivron)
- **Rouleaux impériaux** ✓  
(champignon, carotte, vermicelle de riz, sésame sauce à l'ail)
- **Spanakopita** ✓  
(tofu, épinards, pâte phyllo)
- **Carré feuilleté** ✓  
(pesto de basilic, tomate, sésame, pâte feuilletée)
- **Mini quichette**  
(tomates cerises, basilic frais, fromage de chèvre ou fauxmage végane)
- **Croûtons de tempeh-thon** ✓  
(tempeh-thon, algues aramées, concombre, aneth frais)
- **Tempeh thaï sur algue** ✓  
(tempeh, sauce thaï, algue, carotte râpée)



# Salades-repas

## BOLS INDIVIDUELS

minimum 10 personnes

- **Bol tofu miso** ✓

(riz complet, tofu miso, épinards, poivrons, sésame, vinaigrette miso)

- **Bol edamame-tahini** ✓

(quinoa, épinards, edamame, rémoulade, vinaigrette tahini)

- **Bol tofu et couscous perlé** ✓

(couscous perlé, tofu sauté au sésame, mesclun de laitues, vinaigrette moutarde-érable, amandes au paprika)

- **Bol cajun** ✓

(lentilles et riz, protéine de soya cajun, épinards, légumes crus, maïs grillé, sauce aioli)

- **Bol thaï épicée** ✓

(vermicelles de riz, tempeh thaï, algues aramées, poivrons, carottes, vinaigrette thaï épicée)



à partir de 12,00\$ l'unité



# À la carte

## BOLS OU PLATEAUX

pour 10 personnes

• **Salades** (10 pers.) **28.00\$**

(quinoa, taboulé, pommes de terre, légumineuses, vermicelles et kale, salade d'épinards, pâtes au pesto, carottes et câpres, betteraves et pommes, artichauts, César)

• **Sandwichs** (plateau pour 10 pers.) **70.00\$**

(végopâté, tofu du jardin, pesto de poivrons rouges grillés et soya, creton végété, avocat-fauxmage)

• **Crudités et trempette** (10 pers.) **23.00\$**

• **Fruits frais** **35.00\$**

(en salade ou en plateau pour 10 pers.)

• **Fromages du Québec** (10 pers.) **50.00\$**

• **Fauxmages véganes** (10 pers.) **55.00\$**

• **Dessert simple\*** (10 pers.) **35.00\$**

(biscuits, carré de rêve, carré aux dattes, brownie)

• **Gâteaux\*** (10 pers.) **50.00\$**

(chocolat, noisette, citron-pavot, carotte-ananas, fromage, reine elizabeth, shortcake de saison)

\* Options véganes disponibles



## Boissons

• **Cafetière 12 tasses** **29.00\$**

• **Thé bio / tisane bio** **2.95\$**

• **Jus frais** **4.50\$**

carotte-pomme-gingembre  
kale-concombre-mangue  
betterave-pomme-fraise  
fenouil-épinard-pomme

• **Smoothies** **5.40\$**

lait végétal-fraise-basilic frais  
lait végétal-chaï-banane  
lait végétal-matcha-mangue

• **Kombucha bio** **4.50\$**

• **Eau** **2.25\$**

• **Bières locales et vins bio à prix variés**



WWW.RESTOVEGO.CA



Commandez par téléphone : 514.845.2627

Par courriel : stdenis@restovego.ca