



DOW'S LAKE COURT CONFERENCE CENTRE  
CENTRE DE CONFÉRENCES DE LA COUR DU LAC DOW

# Menu traiteur

---

[dowslakecourt.com](http://dowslakecourt.com)

865, avenue Carling  
Ottawa (Ontario)  
K1S 5S8  
613-725-3855



Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

## DÉJEUNER

### Sur le pouce 12,70 \$ par personne

Assortiment de muffins (3 variétés selon la disponibilité)

*Demandez-nous quelles sont les saveurs -vedette du mois!*

Salade de fruits

Café et thé

En supplément :

plateau de fruits 1,75 \$ par personne



*Plateau de fruits*

### Déjeuner continental 16,25 \$ par personne

Salade de fruits

Yogourts individuels

Café et thé

Corbeille de viennoiseries

*Veillez faire 1 choix parmi les suivants :*

- Croissants, beurre, confiture et fromage à la crème
- Bagels, beurre, confiture et fromage à la crème
- Corbeille de scones (veillez choisir 2 saveurs) : bleuets, canneberges et chocolat blanc, raisins ou cannelle (servis avec beurre et confiture)
- Petites viennoiseries matinales, petits muffins, danoises et croquants à la cannelle

### Buffet déjeuner canadien 26,95 \$ par personne

Œufs brouillés

Saucisses

Bacon

Pommes de terre rissolées

Crêpes OU Pain doré

Sirop OU Compote de fruits

Tranches de fromage cheddar

Yogourt et salade de fruits

Céréales granola

Rôties, pain tranché, bagels et confiture

Café et thé



*Corbeille de scones*

***Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%***

06/07/2016



Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

## LES PETITS EXTRAS DU MATIN ET DE LA PAUSE

### Les favoris du matin

Œufs de la Cour – muffin anglais avec œufs, fromage, jambon OU bacon 7,20 \$ par personne

Burrito matinal – Roulé avec chorizo, œufs brouillés, pommes de terre et salsa 6,95 \$ par personne

Roulé matinal – roulé avec des poivrons, jambon et des œufs brouillés 5,50 \$ par personne

Quiche individuel – Lorraine ou Végétarien 6,85 \$ par personne

Bagels – choix de demi-bagels, fromage à la crème et confiture 5,40 \$ par personne

Gruau chaud, fruits secs et noix 5,25 \$ par personne

### Choix santé

Parfait au yogourt avec fruits frais et granola 4,75 \$ l'unité

Yogourt individuel 2,80 \$ l'unité

Fruit frais 2,20 \$ le fruit

Plateau de fruits 7,05 \$ par personne

Salade de fruits 5,70 \$ par personne

Biscuit matin 2,90 \$ par personne

*Flocons d'avoine, pépites de chocolat blanc, fraises, bleuets, canneberges*

Barre de céréales de la maison 1,75 \$ l'unité

Barre de céréales KIND 3,50 \$ l'unité

### Collations sucrées

Croissant à l'amande 4,20 \$ par personne

Croissants au chocolat 3,30 \$ par personne

Assortiment de muffins 4,35 \$ par personne

Pour les dents sucrées en après-midi – carrés au chocolat et brochette de fraises fraîches  
5,55 \$ par personne

Les classiques – variété de petits biscuits, tartelettes, carrés et macarons 7,25 \$ par personne

Les minis – carrés au chocolat, macarons au chocolat, gâteau au fromage et tartelettes  
7,25 \$ par personne

Carrés dessert – gâteau aux carottes, barres tartelettes au beurre barres nanaimo, carrés au chocolat  
hollandais 7,10 \$ par personne

Strudel pommes et cannelle 5,50 \$ par personne (*Un gâteau sert environ 10 personnes*)

**Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%**

06/07/2016



Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

## LES PETITS EXTRAS DU MATIN ET DE LA PAUSE

### Corbeilles de viennoiseries

Corbeille de scones (veuillez choisir 2 saveurs) : bleuets, canneberges et chocolat blanc, raisins ou cannelle (servis avec beurre et confiture) 5,05 \$ par personne

Les minis du matin – danoises, petits muffins et croquants à la cannelle 6,15 \$ par personne

À la française – assortiment de petits croissants, petites danoises avec croûte en treillis, croquants à la cannelle 6,15 \$ par personne

Pain aux fruits et aux fibres 4,45 \$ par personne

Plateau de biscuits assortis 2,35 \$ par personne

### Gâteau pour événement spécial 69,00 \$

*Nous vous aiderons à souligner un événement spécial! Communiquez avec nous pour plus de renseignements.*

### Saveurs salées

Sac individuel de croustilles, les bretzels et le maïs soufflé 2,55 \$

Plateau de légumes du marché 6,70 \$ par personne

Plateau de fromages 8,20 \$ par personne

Plateau d'houmous et de pains pita 5,35 \$ par personne

Trempeur trio avec de pains pita (Houmous, Tzatziki et Salsa) 5,80 \$ par personne

## PAUSE

Les pauses sont toutes servies avec du café/thé ou un assortiment de jus, d'eau et boissons gazeuses

### Pause du Café 7,20 \$ par personne (2 pièces/personnes) **\*NOUVEAU\***

Café Starbucks™

Biscotti

Assortiment de pâtisseries françaises

### Petite pause du matin 10,85 \$ par personne

Choix de :

Gâteaux danois

Biscuits

Petites pâtisseries

OU Combinaison des trois

### Collation santé 13,15 \$ par personne

Fruits

Barres de céréales

Yogourts individuels



*Assortiment de biscuits*

**Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%**

06/07/2016



Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

## PAUSE

Les pauses sont toutes servies avec du café/thé ou un assortiment du jus, d'eau et boissons gazeuses

### **Pause biscuits 8,40 \$ par personne** (2 biscuits par personne)

Assortiment de biscuits : pépites de chocolat, avoine et raisins, chocolat blanc et noix de macadamia, décadent au chocolat

### **Pause des chefs 15,85\$ par personne**

*Veillez faire 2 choix parmi les suivants :*

Plateau de fruits, plateau de fromages, plateau de légumes du marché  
OU plateau d'houmous et pains pita

### **Pour les fervents de chocolat 11,75 \$ par personne**

Assortiment de petits carrés : triple chocolat, chocolat, chocolat hollandais et chocolat marbré

Lait au chocolat OU chocolat chaud

### **Sur le pouce 9,20 \$ par personne**

Assortiment de sacs individuels : croustilles, bretzels, maïs soufflé, et croustilles de pains pita

Assortiment de barres de céréales KIND



*Market Vegetable Platter*

## BREUVAGES

Jus Tropicana individuel 4,15 \$

Jus individuel 300 ml 2,25 \$

Boissons gazeuses 3,15 \$

Lait 2,65 \$

*Chocolat, écrémé, 2 %*

Eau en bouteille Eska 2,65 \$

Café, mélange maison, (cafetière 2-5 tasses) 9,65 \$

*Régulier ou Décaféiné*

Café mélange maison (cafetière 8-10 tasses) 18,30 \$

*Régulier ou Décaféiné*

Thé (théière 8-10 tasses) 10,90 \$

*Inclut un pot thermos d'eau chaude et un choix de sachets de thé*



Café Starbucks (cafetière 8-10 tasses) 22,00 \$

*Torréfaction blonde*

*Torréfaction Pike Place*

*Torréfaction Pike Place, décaféiné*

*Verona*

*Sumatra*

***Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%***

06/07/2016



Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

## DÎNER

Les dîners chauds sont tous servis avec du café/thé

### **Saveurs internationales – Buffet chaud 29,95 \$ par personne**

*Votre groupe compte moins de 10 personnes? Demandez les suggestions du jour de notre chef pour un repas chaud!*

#### **Visite de la Toscane**

Salade César avec croûtons, bacon et fromage parmesan

Salade d'orzo et de tomates séchées avec courgettes et poivrons rouges grillés, vinaigrette citron et ail

Penne avec sauce arrabiata

Poulet à la toscane avec sauce aux tomates cerises

Légumes de saison

Pain baguette à l'ail

Dessert : assortiment de carrés aux carottes, barres tartelettes au beurre, barres nanaimo, carrés au chocolat hollandais

#### **Inspirations indonésiennes**

*Choisissez :* Bœuf madras OU poulet au beurre

Ragoût de patates douces et de pois chiches

Riz basmati

Pain naan

Desserts classiques : variété de petits biscuits, tartelettes, carrés et macarons

#### **Saveurs de la France**

*Choisissez :* Poulet Provençal OU Bœuf Bourguignon

Salade Niçoise

Pommes de terre Parisienne

Légumes de la saison

Dessert : assortiment de pâtisseries françaises

#### **Côte à Côte déjeuner canadien**

*Choisissez :* Atlantique saumon cuit au four OU Ragoût de bœuf

Salade épinard avec les fraises et oignons croustillants

Des pommes de terre fracassé du Yukon

Légumes de saison

Dessert : assortiment de bar Nanaimo et tartelettes au beurre

---

***Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%***

06/07/2016





Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

**BUFFETS DU DÎNER DE TRAVAIL** *Choisissez 3 garnitures pour sandwich OU laissez-nous faire le choix*

**Corbeille de sandwichs roulés, biscuits assortis et du soupe du chef OU salade 19,45 \$**

**Corbeille de petits sandwichs, biscuits assortis et du soupe du chef OU salade 20,70 \$**

*Confectionnés sur de délicieux petits pains – 2 par personne*

**Corbeille de sandwichs du marché, biscuits assortis et du soupe du chef OU salade 20,70 \$**

*Confectionnés sur pain panini, baguette, roulé, pain traditionnel*

**Garnitures pour sandwichs – Buffet du dîner de travail**

- Jambon forêt noire et fromage suisse OU cheddar
- Rôti de bœuf et brie
- Dinde et mayonnaise aux canneberges
- Poulet, œufs OU salade de thon
- Poulet grillé avec sauce César
- Mélange de légumes méditerranéens
- Houmous et légumes rôties

**Soupes**

*Faites 1 choix :*

- Bœuf, orge et champignons
- Courge musquée et masala (en saison)
- Bisque de carottes, gingembre et poires
- Minestrone à la génoise
- Poulet et nouilles maison
- Velouté aux champignons et au basilic
- Poivrons rouges grillés et tomates

**Salades**

*Faites 1 choix :*

- Légumes verts du marché avec tomates, carottes et vinaigrettes classiques
- Légumes verts méditerranéens avec concombres, tomates cerises et quartiers d'oranges fraîches
- Pommes de terre à l'ancienne avec vinaigrette crémeuse à l'aneth
- César traditionnelle avec croûtons, bacon et fromage parmesan
- Pâtes primavera avec fines herbes, tomates et vinaigrette huile et vinaigre de vin rouge

**Salades supérieures**

*Pour ce choix supérieur, veuillez ajouter 2,10 \$ par personne*

- Nouilles asiatiques avec julienne de légumes et vinaigrette orientale au sésame
- Grecque traditionnelle avec tomates, concombres, oignon rouge, poivrons, fromage feta et olives noires
- Tomates et fromage bocconcini avec vinaigrette au vinaigre balsamique et basilic
- Orzo et tomates séchées avec courgettes et poivrons rouges grillées, vinaigrette citron et ail
- Épinards et fraises avec oignons rouges, graines de tournesol grillées, zeste de citron et fromage feta (en saison)



*Corbeille de sandwichs classiques*

***Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%***

06/07/2016



Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

## DÎNER

### **Créer votre propre buffet**

*(Tous les prix des choix de buffets sont par personne et comprennent le petit pain, beurre, café ou thé)*

*Votre groupe compte moins de 10 personnes? Substituer votre plat principal du midi pour le spécial chaud du chef*

### **Classique 31,50 \$**

*Veillez choisir : 1 salade, 1 plat principal, 1 accompagnement et 1 dessert*

### **Supérieur 41,80 \$**

*Veillez choisir : 2 salades, 2 plats principaux, 1 accompagnement et 1 dessert*

### **Salades**

- Épinards et oranges avec poivrons rouges grillés, pacanes grillées et bacon émietté
- Fèves vertes marinées avec tomates cerises grillées et vinaigrette méditerranéenne
- Jeunes pousses variées avec champignons grillés arrosées d'un filet de vinaigrette aux herbes et à l'ail
- Salade grecque avec tomates, concombres, oignons rouges, poivrons, fromage feta et olives noires
- Salade de riz texane avec haricots noirs et légumes, arrosée d'un filet de vinaigrette aux herbes
- Salade de couscous aux légumes grillés avec vinaigrette balsamique

### **Plat principal**

- Filet de bœuf au four avec échalote et sauce moutarde à l'ancienne
- Suprême de poulet au four, sauce aux échalotes grillées
- Poitrine de poulet poêlée, sauce au miel et moutarde créole
- Filet de porc au four glacé à la sauce hoisin et à l'orange
- Poulet rôti au four farci au fromage de chèvre et aux tomates séchées
- Crevettes thaïes avec bok-choy et pousses de pois mange-tout
- Tilapia poêlé avec sauce au beurre d'amandes
- Saumon de l'Atlantique avec sauce au beurre citronné
- Pâtes aux chorizos et poivrons rouges grillés
- Lasagne au bœuf gratinée aux trois fromages

### **Plats végétariens**

- Orzo aux légumes, asperges et tofu mariné
- Tartelettes aux tomates séchées avec fromage brie et basilic
- Ragoût aux légumes racines et pois chiches
- Lasagne végétarienne
- Tortellinis au fromage dans une sauce crémeuse au parmesan

***Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%***

06/07/2016





Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

## DÎNER

### Accompagnements

*Veillez en choisir 1 :*

- Pommes de terre parisiennes avec champignons et ail grillé
- Pilaf de riz sauvage
- Risotto aux champignons
- Riz basmati OU riz au jasmin
- Ratatouille
- Légumes du marché à la vapeur
- Purée de patates sucrées et de pommes de terre Yukon

### Desserts

*Veillez faire 1 choix :*

- Les classiques : variété de petits biscuits, tartelettes, carrés et macarons
- Club biscuits : pépites de chocolat, avoine et raisin, chocolat blanc et noix de macadamia, décadent au chocolat
- Carrés : gâteau aux carottes, barres tartelettes au beurre, barres nanaimo, carrés au chocolat hollandais
- Les minis : carrés au chocolat, macarons au chocolat, gâteau au fromage et tartelettes

### Desserts de qualité supérieure

*Pour un choix supérieur, veuillez ajouter 2,05 \$ par personne*

- Fervents du chocolat : minis carrés au triple chocolat, au chocolat, au chocolat hollandais et au chocolat marbré
- Desserts décadents : petits carrés au citron, croquants aux fruits, carrés au fromage à la crème et au chocolat, carrés au fromage à la crème et aux framboises
- Goûter de l'après-midi : carrés au chocolat et brochettes de fraises
- Salades de fruits : mélange rafraîchissant de fruits et de petits fruits arrosé à l'orange

---

***Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%***

06/07/2016



Centre de conférences de la Cour du lac Dow  
865, avenue Carling – 2<sup>e</sup> étage  
Ottawa, ON, K1S 5S8

## LES PETITS EXTRAS DU DÎNER

### Salades

- Salade César avec croûtons épicés 7,90 \$
- Salade César au poulet avec croûtons épicés 9,45 \$
- Salade jardinière 7,25 \$
- Salade de pâtes 7,25 \$
- Salade grecque 8,90 \$
- Salade de légumes grillés 8,20 \$
- Salade d'orzo et de tomates séchées 8,25 \$
- Salade de couscous, pois chiches et poivrons 7,70 \$
- Salade de chou râpé, pomme et canneberge 7,70 \$



*Salade César avec croûtons épicés*

### Repas chauds

- Poulet à la toscane avec sauce aux tomates cerises 28,55 \$
- Filet de bœuf au four à l'indonésienne 35,00 \$
- Saumon de l'Atlantique poêlé avec mayonnaise à la coriandre 31,25 \$
- Pâtes aux chorizos et poivrons rouges grillés 18,65 \$
- Tortellini au fromage dans une sauce crémeuse au parmesan 18,65 \$

***Les prix sont sujets à une taxe de 13 % et à des frais de service de 18%***

06/07/2016