



## Boîte à lunch M4P

### + Sandwich au choix

\*Demi-baguette du jour

*Parisien* — 7.<sup>00</sup>

Jambon, beurre, cornichon.

*Maurice* — 8.<sup>95</sup>

Dijonnaise, beurre, salami, fromage suisse, laitue tomate.

*Vital \*Vegan* — 9.<sup>75</sup>

Hummus d'edamame, végé-pâté, confit de carotte, jeunes pousses d'épinard.

*Italien* — 9.<sup>75</sup>

Mayo-pesto, beurre, prosciutto, bocconcini, tomate.

*Nordique* — 9.<sup>75</sup>

Fromage à la crème, saumon fumé Atkins, câpre, oignon rouge, concombre, capron.

### + Salade OU Soupinette du moment — 4.<sup>50</sup>

Pour les grandes salades, prévoir 4.<sup>50</sup>\$ / personne.

### + Boisson fraîche au choix — 2.<sup>75</sup>

*Bouteille d'eau*

*St-Justin*

*V8*

*Bec Soda (Canneberge, Lime ou Cola)*

### + Dessert du jour — 4.<sup>25</sup>

## Boîte à lunch M4P

### Nos combines

*Le 7ième ciel* — Prix du Sandwich + 10.<sup>25</sup>

+ Sandwich  
+ Salade OU Soupinette  
+ Breuvage  
+ Dessert du jour

*Le Trip à 3* — Prix du Sandwich + 8.<sup>75</sup>

+ Sandwich  
+ Salade OU Soupinette OU Dessert du jour  
+ Breuvage

*Les amoureux* — Prix du Sandwich + 6.<sup>25</sup>

+ Sandwich  
+ Salade OU Soupinette OU Dessert du jour

*L'indépendant*

Choix de votre équipe selon vos goûts et envies du moment.  
Ajoutez le montant de chaque item pour calculer le montant de votre combine.

### À partager

*Grande pizza* 40.<sup>00</sup>    *Grande quiche* 26.<sup>00</sup>

Choix du chef (8 parts)

Végé ou viande

Réservation 48h d'avance

Choix du chef (6 parts)

Végé ou viande

Réservation 48h d'avance.

## Pause café

### Nos combines

Toutes nos combines incluent café Mont-Café et/ou tisane du terroir.

*Panier de viennoiseries* — 5.<sup>99</sup>/personne

Assortiment de croissants, chocolaines, roulades aux raisins, brioches à la cannelle et/ou fougasses du moment.

\*1 viennoiserie/personne.

*Bucket de muffins* — 5.<sup>79</sup>/personne

Assortiment de muffins aux petits fruits et/ou muffins banane-chocolat.

\*1 muffin / personne.

*Boîte de macarons* — 4.<sup>99</sup>/personne

Selon la disponibilité, chocolat, érable, framboise, pistache.

\*1 macaron / personne.

*Kit Carrés* — 5.<sup>99</sup>/personne

Un mélange de nos savoureux carrés aux dattes et moelleux au chocolat.

\*1 carré / personne.



### + Petites douceurs maison

*Croissant* — 1.<sup>85</sup>

*Chocolatine* — 2.<sup>50</sup>

*Roulade aux raisins* — 3.<sup>00</sup>

*Brioche à la cannelle* — 3.<sup>00</sup>

*Fougasse à la fleur d'oranger* — 3.<sup>00</sup>

*Muffin aux petits fruits* — 2.<sup>80</sup>

*Muffin banane-chocolat* — 2.<sup>80</sup>

*Carré aux dattes* — 3.<sup>85</sup>

*Moelleux au chocolat* — 2.<sup>25</sup>

*Macaron* — 1.<sup>95</sup>/unité

Saveurs variées

### + Café & tisane — 3.<sup>25</sup>/personne

(Thermos ou Percolateur)

*Café bio équitable de torréfaction*

*locale Brûlerie Mont-Café*

Lait, crème & sucre St-Louis brun et blanc

*Tisane bio de cueillette locale*

*Clou de Girafe*

**L'Armoir À Vrac \*** (Sainte-Anne-des-Monts)  
*pour LÉ Kombucha*

**Catherine Beau-Ferron** (Cap-au-Renard)  
*pour ses cartes originales*

**Clou de Girafe, Herboriste \*** (Cap-au-Renard)  
*pour ses tisanes et ses miels reconfortants*

**La Coop du Cap \*** (Cap-au-Renard)  
*pour ses fabuleux nectars, tartinades et framboises*

**Dumouchel Céramiste** (Sainte-Anne-des-Monts)  
*pour ses céramiques qui enjolivent le café*

**Les entreprises 3 B' \*** (Marsoui)  
*pour leurs super sucre et sirop d'érable bios*

**Fannie Desmarais Illustration** (Cap-Chat)  
*pour ses cartes de souhaits colorées*

**Les Framboisiers Lepage \*** (Sainte-Anne-des-Monts)  
*pour ses supra bleuets, jus,  
tartinades et confitures*

**Le jardin de Julie** (Rimouski)  
*pour ses savons artisanaux  
aux propriétés distinctives*

**Loutre Kombucha \*** (Bonaventure)  
*pour son Kombucha si combien rafraîchissant*

**La Minoterie des Anciens \*** (Sainte-Anne-des-Monts)  
*pour ses flocons d'avoine et son avoine nue  
certifiés sans gluten*

**Mont-Café \*** (Cap-au-Renard)  
*pour son extraordinaire  
café chaud et frette*

**Les potagers Les Rangs Fous \*** (Sainte-Anne-des-Monts)  
*pour ses bons bons légumes*

**La Re-Source-Hier** (Sainte-Anne-des-Monts)  
*pour ses tisanes apaisantes*

**Stéphanie Blanchet Céramiste** (Sainte-Anne-des-Monts)  
*pour sa poterie authentique*



Chez Marie 4 poches, tous nos produits, ou presque, sont faits sur place avec des ingrédients le plus possible bios et locaux. De notre pain frais, en passant par nos fabuleux gâteaux, jusqu'à notre végété-pâté et notre confit de carottes, nous mettons notre cœur pour réunir les saveurs et satisfaire vos papilles.

## Service de traiteur

Chaque commande est préparée avec des ingrédients frais et montée le jour même. Dans le but de s'assurer que nous ayons tout ce qu'il faut pour répondre à vos besoins, nous demandons de bien vouloir réserver à l'avance, en spécifiant le nombre de personnes à nourrir, et de prévoir quelqu'un pour venir cueillir vos denrées.

Les boîtes à lunch sont assemblées afin d'être distribuées facilement et contiennent les couverts nécessaires à la consommation.

Café et thé sont offerts dans des thermos ou percolateurs et sont accompagnés de lait, crème et sucre.

Besoins particuliers? N'hésitez pas à nous en faire part. Il nous fera plaisir de vous aider, dans la mesure du possible.

### Notez bien!

\* Les prix sont sujets aux taxes.

\* Des frais de service de 10 % sont applicables

\* S.V.P. bien vouloir nous mentionner tous types de restriction alimentaire.

\* Cueillette sur place à l'heure convenue.

## Boîte à lunch et Pause café

*Le tout, concocté à la main avec amour  
Pour vous !*

[Www.4poches.com](http://www.4poches.com)  
418 763-4775  
[patisseriem4p@gmail.com](mailto:patisseriem4p@gmail.com)