

# CARTE *traiteur*

Au quotidien ou pour vos événements festifs, l'équipe du restaurant Croc'Épi vous propose une cuisine bio, locale et de saison.

**Croc'Épi**  
Restaurant bio

Ouvert de 12h à 14h  
du lundi au samedi



Le restaurant de la coopérative

**biocoop**

| Les 7 Épis

# traiteur FESTIF



## ASSORTIMENT SALÉ

### Plateau de 25 pièces > 37 €

(pour chaque formule de plateau vous pouvez panacher selon vos goûts, avec un minimum de 5 pièces similaires. Exemple : 5 blinis au thon, 5 blinis chèvre-miel, 10 blinis légumes thaï et 5 pomme-andouille...)

### Plateau mini roulés blé noir

- / Crêpe de blé noir, rillettes de saumon aux algues citronnés
- / Crêpe de blé noir, fromage frais aux herbes et jambon blanc
- / Crêpe de blé noir, houmous aux deux lentilles, curry-coco
- / Crêpe de blé noir, fromage bleu et noix



### Plateau blinis

Rillettes de thon / Pomme-andouille / Chèvre-miel / Légumes thaï

### Plateau réductions

Pizzas feuilletées / Cannelés / Flammekueches / Quiches



### Tartinables > 19 €/kg

(servi avec gressins et crackers)

Houmous pois chiche à la marocaine / Houmous de lentilles à l'indienne / Caviar de légumes du moment / Lahbné (laitage, herbes et olives)



## ASSORTIMENT SUCRÉ

### Plateau de 30 pièces > 39 €

(vous pouvez panacher selon vos goûts, avec un minimum de 10 pièces similaires)

### Réductions

Brownies / Cookies / Tartes / Financiers

Possibilité de louer de la vaisselle. Voir avec l'équipe au moment de la commande.

# traiteur AU QUOTIDIEN



## PLATEAUX REPAS

**Croc'Épi vous propose, chaque jour, quatre plats au choix** (un carné, un végétarien, un végétalien et une suggestion du jour selon l'inspiration du chef), auxquels s'ajoutent un hamburger ainsi qu'un buffet d'entrées et de desserts.



Tous ces plats peuvent être emportés (cf. rubrique infos pratiques). Vous pouvez venir avec vos propres contenants. La carte change toutes les semaines. Elle est consultable en ligne : [www.biocoop-les7epis.bzh/restaurant/plats-du-jour](http://www.biocoop-les7epis.bzh/restaurant/plats-du-jour)



## Plat seul

- / Assiette viande ou poisson > **14,70 €**
- / Assiette végétarienne ou végétalienne > **12,20 €**
- / Assiette suggestion du jour > **10,50 €**



## Formule (entrée/plat ou plat/dessert)

- / Avec plat viande ou poisson > **18 €**
- / Avec plat végétarienne ou végétalienne > **16 €**
- / Avec plat suggestion du jour > **12,90 €**



## Menu complet (entrée, plat, dessert)

- / Avec plat viande ou poisson > **20 €**
- / Avec plat végétarienne ou végétalienne > **18 €**
- / Avec plat suggestion du jour > **14,80 €**

## BUFFET FROID

- / Sélection de salades composées (à panacher parmi une dizaine de propositions) > **19 €/kg** (comptez 6 à 7 €/pers)
- / Plateau de charcuterie maison, 4 pers > **30 €**, 8 pers > **58 €**
- / Plateau de fromages, 4 pers > **30 €**, 8 pers > **58 €**
- / Corbeille de pain (prix selon types de pain, assortiment)

# infos PRATIQUES



## NOTRE DÉMARCHÉ

OUVERT EN 2009, CROC'ÉPI EST LE PREMIER RESTAURANT CERTIFIÉ BIO DE LORIENT. Cuisine équilibrée et créative, adaptée aux goûts de chacun (carné, végé, sans gluten...), tous les plats sont préparés sur place. Pour donner la priorité aux produits frais, de saison et locaux, les légumes et les fruits utilisés dans nos recettes varient au cours de l'année. Traçabilité des approvisionnements, commerce équitable, objectif zéro déchet... l'éthique est aussi au menu pour vos réceptions et vos événements. Bon appétit !



## Commandes traiteur festif

- / À passer du lundi au samedi, avant 15h, par mail ou téléphone.
- / Confirmez vos commandes 48h à l'avance minimum.

## Commandes traiteur au quotidien

- / Moins de 10 personnes, passez commande le matin même.
- / Au-delà, 48h à l'avance. Au moment du retrait allez directement à la caisse.

## Zéro déchet

- / Vente à emporter : le restaurant offre **5 %** de remise en caisse si vous venez avec vos propres récipients !
- / Vente sur place de contenants en verre avec couvercles, adaptés pour les plats chauds ou froids > **6,50 €** (demander en caisse).

## Location de salle

Croc'Épi met à votre disposition la petite salle du restaurant de Keryado pour réunion / séminaire / formation / atelier...



## CONTACT

Restaurant : 2 rue Antoine de Saint-Exupéry à Lorient

Point restauration au sein du magasin de Lanester : 20 rue J.-M. Tjibaou.

[crocepi.keryado@biocoop-les7epis.bzh](mailto:crocepi.keryado@biocoop-les7epis.bzh) / 02 97 88 31 38

[www.biocoop-les7epis.bzh/service-traiteur](http://www.biocoop-les7epis.bzh/service-traiteur)

 [facebook.com/CrocEpi](https://facebook.com/CrocEpi)  [instagram.com/crocepi](https://instagram.com/crocepi)