C-GASTRONOMIE

Maison de goûts

PLATEAUX REPAS

Découvrez notre menu

www.c-gastronomie.fr

Sommaire

1
Notre concept p.2 à 3

2
Le menu de la semaine p.4

3
Notre collection permanente
Menu Lyonnais p.5
Menu Gastronomie p.6
Menu Végétarien p.7
Menu «Saveurs du Monde» p.8
Menu Diététique p.9

4
Les menus du mois p. 10 à 22

5
Nos cocktails p.23

6
Notre histoire en quelques chiffres p.24

7
Commandez des plateaux repas en toute simplicité p.25

8
Commande de dernière minute p.26

9
Une équipe à votre écoute p.27

C-GASTRONOMIE

Maison de goûts

Réunions d'affaires, déjeuners sur le pouce ou volonté de rassembler vos collaborateurs, C-Gastronomie vous accompagne grâce à sa nouvelle sélection de plateaux repas. Notre gamme s'adapte à tous les formats de réunions et à vos envies selon le contexte et les saisons.

Nouveau concept ! Le restaurant vient à vous grâce à notre nouvelle gamme de plateaux, renforcée par de nouvelles surprises comme le plateau Lyonnais, le plateau « Saveurs du monde » ou encore le plateau du mois, mettant à l'honneur les fruits et les légumes de saison.

Le Chef Christophe Foulquier, membre des Toques Blanches Lyonnaises vous propose des recettes modernes composées de produits ultra-frais et cuisinés au quotidien par nos chefs tout en vous permettant de découvrir nos producteurs les plus proches.

Dans un souci d'écoresponsabilité, nos plateaux repas sont livrés dans une boîte en carton recyclé avec des assiettes en pulpe de canne et des couverts en inox réutilisables.

C-GASTRONOMIE

Maison de goûts

Tous nos plateaux repas sont livrés froids

Collectez les couverts et nous passons les récupérer !

Découvrez les allergènes de nos produits

Dans un souci de respect de l'environnement, nos matériaux sont en carton biosourcé, recyclable et biodégradable.
L'ensemble des déchets est trié et valorisé sur notre laboratoire.

Découvrez notre menu de la semaine

https://commande.c-gastronomie.fr/1-coffret-repas

Nos menus de la semaine sont valables du lundi au vendredi.
C-Gastronomie s'engage à créer un moment privilégié pour vos pauses déjeuner.

Hors café

21,00€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Lyonnais

ENTRÉE

**Véritable salade des mères lyonnaises,
œuf fermier poché, croûtons, lardons,
vinaigrette moutarde**

PLAT

**Cervelas pistaché « Maison Bobosse », pommes de
terre vapeur, sauce mousseline à la lie de vin**

FROMAGE

**½ Saint-Marcellin « Mère Richard »
et noix du Dauphiné**

DESSERT

**Tarte à la praline de St Genix,
crème de Bresse, éclats de pralines**

CAFÉ

Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

24,00€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Gastronomie

ENTRÉE
Terrine de foie gras de canard à l'armagnac, condiment pomme et piment d'Espelette

PLAT
Tournedos de filet de bœuf, pommes de terre grenailles rôties au serpolet, jus aux parfums de truffe

FROMAGE
Comté fruité 18 mois de la fromagerie « Mère Richard », noix du Dauphiné

DESSERT
Dégustation de mignardises (chocolat, fruité, macaron)

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

38,00€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Végétarien

ENTRÉE

Salade de carottes, haricots plats et radis, vinaigrette miel citron, olives noires confites, graines de courges grillées

PLAT

Curry de chou-fleur au lait de coco, coriandre, riz basmati et kasha

FROMAGE

Fromage du moment

DESSERT

Macaron à la framboise, ganache montée à la vanille Bourbon, framboises fraîches

CAFÉ

Café Sensation Paul Bocuse

22,00€
Hors Taxes

Pavé de campagne au levain

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu «Saveurs du Monde»

ENTRÉE
Salade Bobun aux vermicelles,
soja, carottes, haricots plats et arachides

PLAT
Aiguillette de poulet au zaatar et citron confit,
houmous de petits pois à la menthe

FROMAGE
Pecorino pistache
et roquette

DESSERT
Mousse et biscuit noix de coco,
crème vanille, fruits exotiques

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

24,00€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Diététique

ENTRÉE
Salade de céréales aux légumes croquants,
graines de courges et tournesol grillées, baies de goji

PLAT
Artichaut, burratina
et légumes grillés à la sicilienne

FROMAGE
Fromage du moment

DESSERT
Carpaccio d'ananas et fruits de saison

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

621 kcal

23,00€
Hors Taxes

Découvrez nos plateaux du mois

Notre volonté : vous offrir une gamme de plateaux repas écoresponsable, mettant en avant les produits de saison.

Nos plateaux du mois sont composés de :

1 légume de saison

1 fruit de saison

https://commande.c-gastronomie.fr/1-coffret-repas

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Janvier
Betterave & kiwi

ENTRÉE
Déclinaison de betteraves cuites et crues, burratina, vinaigrette à l'estragon

PLAT
Carpaccio de saumon mariné à l'huile de mandarine, crème fouettée à l'aneth et baies roses

FROMAGE
Fourme d'Ambert, confit de poire, coing

DESSERT
Cheesecake au kiwi, biscuit shortbread

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Février

Panais & agrume

ENTRÉE

Mousseline de panais, œuf mollet, variation de choux (fleur, rave, kale), vinaigrette aux parfums de truffe

PLAT

Confit de joue de porc, potimarron rôti, jus de broche

FROMAGE

Reblochon AOP, raisins frais

DESSERT

Mille zestes, sablé spéculoos, crémeux citron, meringue, mousse citron

CAFÉ

Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Mars

Céleri & ananas

ENTRÉE

Terrine campagnarde de la maison « Bobosse », pickles de légumes, bouquet de mâche

PLAT

Filet de sole cuit à la vapeur d'herbes, purée de céleri, minestrone de légumes crus à l'huile d'olive

FROMAGE

Comté fruité et noix

DESSERT

Baba imbibé à la bergamote, ananas frais

CAFÉ

Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Avril
Asperge & pomelo

ENTRÉE
Asperge mimosa,
chiffonnade de speck, jeunes pousses

PLAT
Poitrine de volaille cuite à basse température, carotte nouvelle glacée au miel et romarin, éclat d'amandes

FROMAGE
St Nectaire fermier AOP,
condiment poire et coing

DESSERT
Panna cotta au jasmin et pomelo

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Mai
Radis & rhubarbe

ENTRÉE
Salade de ravioles du Dauphiné,
chorizo et déclinaison de radis

PLAT
Dos de cabillaud en aïoli de légumes
(radis, pomme de terre, chou-fleur)

FROMAGE
Chèvre frais aux pétales de bleuet,
confit de rhubarbe

DESSERT
Tartelette rhubarbe meringuée

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Juin
Petit-pois & fraise

ENTRÉE
Tartare de tomate et œuf mollet fermier,
pousses de roquette vinaigrette au basilic

PLAT
Sot l'y laisse de volaille, purée de pois maraicher,
artichaut à la romaine et pois croquant,
sauce soja sésame

FROMAGE
Cantal entre-deux AOP,
confit de cerise griotte

DESSERT
Sablé breton,
crème diplomate vanille, fraises fraîches

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Juillet

Courgette & abricot

ENTRÉE
Salade grecque à la féta

PLAT
Pavé de Merlu rôti aux épices cajun, courgettes grillées,
pommes de terre grenailles vapeur,
sauce fromage blanc aux herbes fraîches

FROMAGE
Reblochon AOP,
condiment abricot et cumin

DESSERT
Clafoutis aux abricots et amandes

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Août
Tomate & prune

ENTRÉE
Salade de haricots verts, poulet grillé Tandoori, vinaigrette aux olives confites et moutarde en grains

PLAT
Carpaccio de tomates multicolores, burratina crémeuse et jambon de Parme, vinaigrette au piment d'Espelette

FROMAGE
Chèvre frais aromatisé au poivron, confit de cerise noire

DESSERT
Tarte fine aux prunes Quetsche

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Septembre
Aubergine & figue

ENTRÉE
Rillettes de poulet aux aromates, crackers à l'oignon frit, pousses de salade à l'huile d'olive

PLAT
Caponata d'aubergines aux olives, filets de rouget snackés, huile au basilic citron

FROMAGE
Camembert AOP,
condiment pomme et piment d'Espelette

DESSERT
Sablé linzer figues et framboises

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Octobre
Champignon & poire

ENTRÉE
Mousseline de poissons fumés
de la maison « Fumet des Dombes »,
sauce fromage blanc au curry, suprême de citron

PLAT
Paleron de bœuf braisé longuement,
poêlée de champignons à l'huile de noisette,
jus de cuisson réduit

FROMAGE
Fourme d'Ambert AOP,
condiment poire et coing

DESSERT
Poire Amandine vanille, parfumé au rhum

CAFÉ
Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Novembre

Courge & pomme

ENTRÉE

Salade du Verger (farfalle, poulet rôti, pomme, amande), vinaigrette aigre douce au miel

PLAT

Mi-cuit de thon, écrasé de butternut, crumble de sésame noir et gingembre

FROMAGE

Chèvre frais au raisin de Corinthe, confit de myrtille au vinaigre de cabernet

DESSERT

Crumble aux pommes façon tatin

CAFÉ

Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

C-GASTRONOMIE
Maison de goûts

Menu Décembre

Carotte & marron

ENTRÉE

Terrine de canard vigneronne aux éclats de châtaigne, légumes croquants aigres-doux

PLAT

Suprême de poulet, panais et carottes rôties au four, sauce crème aux cèpes

FROMAGE

Comté fruité AOP, noix

DESSERT

Moelleux aux marrons, confit de mandarines

CAFÉ

Café Sensation Paul Bocuse

Pavé de campagne au levain

25,90€
Hors Taxes

Nos Cocktails

C-Gastronomie vous accompagne pour vos réunions d'affaires et pour vos moments de partage avec vos collaborateurs et vos clients.

Grâce au cocktail, apportez une touche de convivialité à vos réunions et événements d'entreprises ! Rythmées par la saisonnalité des produits, nos collections sont renouvelées plusieurs fois par an et des offres éphémères viennent ponctuer l'année.

https://commande.c-gastronomie.fr/4-cocktail

NOTRE HISTOIRE EN QUELQUES CHIFFRES

Création de C-Gastronomie en **2007**

10% du chiffre d'affaires

110 employés dans le groupe

18 000 plateaux repas distribués par an

500 000 pièces cocktails à l'année

2 formats de livraison : directement chez vous ou au bureau

Sur 1 an
+ de 80 recettes de plateaux repas au fil des saisons

Retrait possible
dans nos 5 boutiques

Lyautey - République - Saint-Cyr-au-Mont-d'Or
Chaponost - Tassin-la-Demi-Lune

Des produits frais, faits maison et à la main dans notre laboratoire de
2000 m2
aux normes Européennes

COMMANDEZ DES PLATEAUX REPAS EN TOUTE SIMPLICITÉ

Comment ?

Sur notre site internet
www.c-gastronomie.fr

Par téléphone

Charline PERRIN - cpe@c-gastronomie.fr
P : 07 77 97 37 21

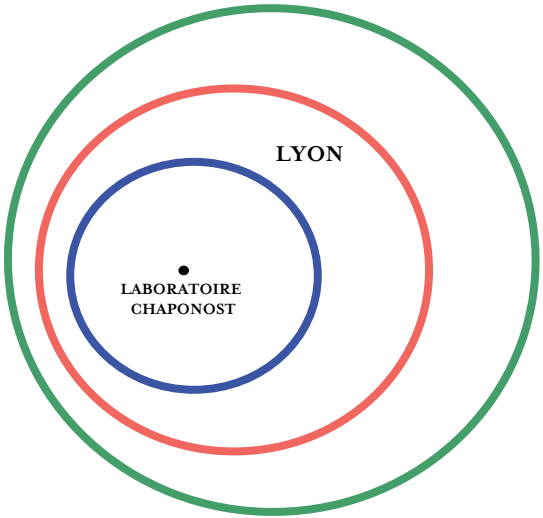
Lucie GISBERT - lgi@c-gastronomie.fr
P : 06 10 63 41 05 - LD : 04 69 84 83 67

Axelle PELET - commerciale@c-gastronomie.fr
LD : 04 69 84 83 65

Du lundi au vendredi, de 8h à 17h, notre équipe du service affaires est à votre écoute et est disponible pour répondre à toutes vos questions et vos besoins. N'hésitez pas à nous solliciter !

Commandez avant 17h00 la veille à partir de 2 plateaux repas

La livraison



Zone Bleue - 9€ HT

Zone Rouge - 18€ HT

Zone Verte - 25€ HT

Nous livrons jusqu'à 13h dans un créneau horaire d'1 heure

Pour connaître votre zone de livraison, contactez notre service affaires.

Commande de dernière minute

1. Je commande le jour même par téléphone (jusqu'à 9h30)

2. Nous vous proposons le « plateau du Chef » (21,00€ HT) en dernière minute

3. Votre plateau est livré directement chez vous ou au bureau, prêt à déguster !

Attention : nous avons besoin d'un délai de 3h pour la fabrication et la livraison

Une équipe à votre écoute

Lucie GISBERT
Chargée d'affaires
service livraison

Charline PERRIN
Chargée d'affaires
service livraison

Axelle PELET
Alternante chargée
d'affaires service livraison

Anthony BUISSON
Responsable livraison

Stéphane PEREZ
Chef de cuisine

Tom SHEEHAN
Cuisinier

Laurent GUICHARD
Cuisinier

Oriane DABROWSKI
Pâtissière