



ENTRÉES & MISES EN BOUCHE

Brie fondant (plusieurs saveurs) (135g)	9,99\$
Cocktail de crevettes & sauce épicée (165g)	10,99\$
Crêpes aux fruits de mer (300g)	8,99\$
Crevettes cajun, saucisses tomates & basilic (145g)	10,99\$
Crevettes tempura (125g)	6,99\$
Croquette de chèvre en croûte (110g)	9,99\$
Egg rolls au poulet (100g)	2,85\$
Escargots ail & champignons gratinés (50g)	4,99\$
Feuilleté aux fruits de mer (175g)	7,49\$
Feuilleté au saumon (175g)	6,49\$
Feuilleté au poulet (175g)	5,99\$
Foie, bacon & châtaignes d'eau (200g)	10,99\$
Fondues parmesan maison (125g)	7,99\$
Gravlax de tilapia, betteraves & agrumes (60g)	8,99\$
Gros pâté à la viande (600g)	8,99\$
Gros pâté au saumon (600g)	8,99\$
Grosse coquille de fruits de mer (300g)	7,99\$
Mini boulettes & sauce teriyaki (125g)	6,99\$
Mini fondues parmesan (175g)	5,99\$
Pâté de foie de volaille & porto (125g)	4,99\$
Petite coquille de fruits de mer (185g)	5,49\$
Petit pâté cuit à la viande (240g)	5,49\$
Petit pâté cuit au poulet (240g)	5,49\$
Porc effiloché BBQ (300g)	9,99\$
Salamis farcis, fromage frais & cornichons (100g)	10,99\$
Saucisses à déjeuner (240g)	5,49\$
Saucisses artisanales au chorizo (175g)	6,99\$
Saucisses artisanales siciliennes (175g)	6,99\$
Saucisses & bacon (275g)	10,99\$
Saucisses merguez (260g)	4,99\$
Saucisses & érable (300g)	4,99\$
Tartare de saumon (150g)	12,99\$
Tartare de thon & sauce sésame (150g)	14,99\$
Tataki de thon rouge (85g)	10,99\$
Terrine de cerf aux bleuets (125g)	5,99\$
Terrine de lapin & pistaches (125g)	5,99\$
Trempette de chili végétarien (325g)	6,99\$
Truite fumée ciboulette & poivre (60g)	6,99\$

SOUPES & POTAGES (250 ml) recette maison & sans sel*

Chaudrée de maïs	2,99\$
Chaudrée de champignons	3,99\$
Potage de betteraves & framboise	3,49\$
Potage de brocolis & cheddar fort	3,59\$
Potage de carottes & gingembre	3,29\$
Potage de citrouille, pomme & cari	3,29\$
Potage d'épinards	3,99\$
Potage de poireaux & pommes de terre	3,59\$
Potage de courges vertes & basilic	3,49\$
Potage de navet & érable	2,99\$
Soupe à l'ail & aux œufs	3,99\$
Soupe à l'oignon & bière	4,99\$
Soupe au chou	2,99\$
Soupe aux légumes	2,99\$
Soupe orge & légumes	3,29\$
Soupe pois & bacon	2,99\$
Soupe poulet & nouilles	3,59\$
Soupe-repas aux haricots blancs (175g & 325g)	3,99\$-6,99\$
Soupe-repas mexicaine (175g & 325g)	3,99\$-6,99\$

PETITE BOÎTE (3 SOUPES + 3 POTAGES)

Potage betteraves & framboises
Potage courges vertes & basilic
Potage carottes & gingembre
Soupe au chou
Soupe aux légumes
Soupe pois & bacon

15,99\$

(TAXES INCLUSES)

GRANDE BOÎTE (6 SOUPES + 6 POTAGES)

Chaudrée de maïs
Potage betteraves & framboises
Potage brocolis & cheddar fort
Potage carottes & gingembre
Potage courges vertes & basilic
Potage d'épinards
Potage navet & érable
Soupe au chou
Soupe à l'ail & aux œufs
Soupe aux légumes
Soupe pois & bacon
Soupe poulet & nouilles

34,99\$

(TAXES INCLUSES)



PLATS PRÉPARÉS (entre 300g et 325g) recette maison & sans sel*



Farfalle au pesto & fromage de chèvre



6,99\$



Boeuf thaïlandais, légumes & vermicelles de riz



7,99\$



Nouilles chinoises



6,99\$



Paella espagnole



8,99\$



Soupe-repas aux haricots blancs & légumes



6,99\$



Poulet forestier, carottes, pois verts & patates



6,99\$



Penne à la merguez, deux moutardes & vin blanc



7,49\$



Boeuf bourguignon, légumes & riz parfumé



6,99\$



Tortellini 5 fromages, sauce alfredo & crabe



7,99\$



Longe de porc, sauce BBQ, légumes & riz



6,99\$



Filet de porc toscane, courgettes & riz brun



7,49\$



Mac & cheese, courge & porc effiloché



7,49\$



Filet de sole parmigiana & pâtes aux herbes



8,49\$



Poulet Général Tao, légumes & riz basmati



7,49\$



Penne sauce rosée, vin blanc, asperges & champignons



7,29\$



Général Tao végétarien



7,49\$



Coquille aux fruits de mer



7,99\$



Chili végétarien, légumineuses & fromage



6,99\$



Linguini carbonara & épinards



7,99\$



VÉGÉ



POISSON



PLUSIEURS
SAVEURS



COUPS
DE COEUR



FORMAT ENFANT
DE 175G DISPONIBLE
À PARTIR DE 3,99\$

Beaucoup plus de variétés en boutique et en ligne.



Filet de porc, mandarines, carottes & riz



7,99\$



Ragoût de bœuf & légumes



6,99\$



Pizza (plusieurs saveurs)



à partir de 6,99\$



Saucisses créoles, légumes & purée de pommes de terre



6,99\$



Poulet, sauce poivrons, fromage & riz 7 grains



7,99\$



Lasagne (plusieurs saveurs)



à partir de 7,99\$



Saumon dijon, érable, haricots verts & riz



8,99\$



Orzo au tofu, champignons, pois verts & à la menthe



6,99\$



Linguini deux saumons & sauce rosée



7,49\$



Saucisses, sauce champignons & courges



6,99\$

PROMOTIONS BOÎTES FAMILIALES

PROMO 12/12

(12 REPAS ADULTES + 12 REPAS ENFANTS)

Tortellini alfredo • Orzo au tofu, champignons, pois verts & à la menthe • Ragoût de boeuf & légumes • Rigatoni, saucisses italiennes & courgettes • Farfalle au pesto & fromage de chèvre • Saucisses créoles, légumes & purée • Pain de viande, pois verts & patates • Casserole de fusili, thon, navet & pois verts • Chili végétarien & légumineuses • Longe de porc BBQ, légumes & riz • Jambon, maïs & purée • Casserole de poulet & légumes

122,99\$

(TAXES INCLUSES)

PROMO 20

(20 REPAS ADULTES)

Tortellini alfredo • Orzo au tofu, champignons, pois verts & à la menthe • Macaroni à la viande • Pâté au saumon & purée de légumes • Ragoût de boeuf & légumes • Longe de porc BBQ, légumes & riz • Casserole de fusili, thon, navet & pois verts • Chili végétarien et légumineuses • Pâté chinois classique • Saucisses créoles, légumes & purée • Saucisses, sauce champignons, courgettes & riz • Casserole de poulet & légumes • Jambon, maïs & purée • Spaghetti à la viande • Pâté à la viande & purée de légumes • Pain de viande, pois verts & patates en dés • Poulet forestier, pommes de terre & légumes • Boeuf bourguignon, riz parfumé & légumes • Rigatoni, saucisses italiennes & courgettes • Farfalle au pesto & fromage de chèvre

129,99\$

(TAXES INCLUSES)

* Nos repas sont sans sel ajouté.

* En boutique, venez assembler votre propre boîte familiale.

DESSERTS

Beignes nature (6)	3,49\$
Brownies double chocolat (2)	4,99\$
Brownies nature (2)	3,99\$
Carrés aux dattes (2)	2,99\$
Chocolat croustillant (2)	6,99\$
Gâteaux au fromage, framboises & caramel (2)	6,99\$
Gauffre liégeoise (1)	1,39\$
Mangue & baies croustillantes (2)	6,99\$
Mini chaussons aux pommes (4)	3,99\$
Mini pains français aux chocolat (4)	3,99\$
Mini pains français aux raisins (4)	3,99\$
Mini palmier français (4)	3,29\$
Mignon fromage & caramel salé (1)	4,99\$
Pommes & caramel croustillant (2)	6,99\$
Nanaïmo (2)	3,29\$
Sucre à la crème croustillant (2)	6,99\$
Torte aux pacanes (1)	3,99\$
Torte Key lime (1)	3,99\$

PETITE BOÎTE DE DESSERTS

Chocolat croustillant (2)
Gâteaux au fromage,
framboises et caramel (2)
Gauffres liégeoises (2)
Nanaïmo (2)

16,99 \$

(taxes incluses)

GRANDE BOÎTE DE DESSERTS

Chocolat croustillant (2)
Gâteaux au fromage,
framboises et caramel (2)
Gauffres liégeoises (2)
Nanaïmo (2)
Sucre à la crème
croustillant (2)
Torte aux pacanes (2)

29,99 \$

(taxes incluses)



PURÉES DE BÉBÉ NATURELLES (4 x 50 ml)

Ananas	5,99\$
Avocat	6,99\$
Betteraves	5,29\$
Bleuets	5,99\$
Bœuf	6,99\$
Carottes	4,99\$
Carottes & courge musquée	4,99\$
Courge musquée	5,49\$
Courges vertes	5,49\$
Épinards	5,99\$
Fraises & bananes	4,99\$
Framboises & pommes	4,99\$
Haricots verts	4,99\$
Maïs	4,99\$
Mangue	5,99\$
Patates	4,99\$
Patates douces	5,29\$
Pâtes alimentaires	4,99\$
Pêches	4,99\$
Pois verts	4,99\$
Poulet	6,99\$
Porc	6,99\$
Quinoa & boulgour	5,99\$
Riz brun	5,49\$
Saumon	8,99\$
Sole	8,99\$

* Certains produits sont uniquement disponibles en saison.

PETITE BOÎTE DE PURÉE

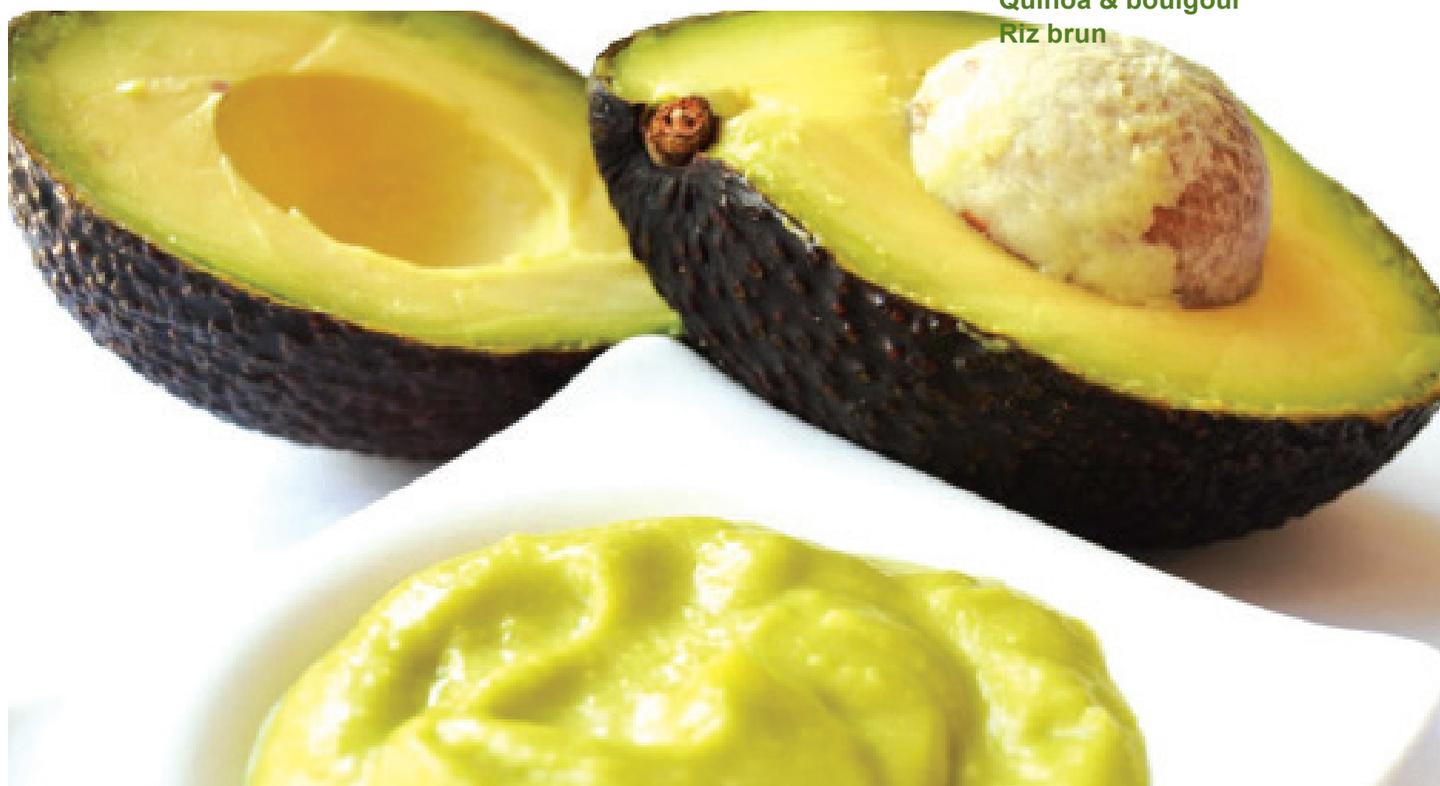
GRANDE BOÎTE DE PURÉE

Bleuets
Boeuf
Carottes
Framboises & pommes
Patates
Pâtes alimentaires
Pêches
Pois verts
Poulet

49,99 \$
(taxes incluses)

Avocat
Betteraves
Bleuets
Boeuf
Carottes
Courge musquée
Épinards
Fraises & bananes
Framboises & pommes (2)
Haricots verts
Maïs
Pêches
Pois verts
Porc
Poulet
Saumon
Sole
Patates (2)
Pâtes
Quinoa & boulgour
Riz brun

124,99 \$
(taxes incluses)



LÉGUMES & ACCOMPAGNEMENTS

Asperges (200g)	4,29\$
Asperges & mangue(200g)	4,29\$
Betteraves (200g)	3,29\$
Carottes (200g)	2,79\$
Champignons (150g)	3,29\$
Choux de Bruxelles (200g)	3,49\$
Choux de Bruxelles & patates douces (200g)	3,49\$
Courge musquée & carottes (200g)	3,49\$
Courge musquée & courges vertes (200g)	3,49\$
Courges vertes, ananas & oignons (200g)	3,99\$
Haricots verts (200g)	3,49\$
Macédoine (200g)	3,79\$
Maïs & poivrons rouges (200g)	2,99\$
Navets (200g)	3,29\$
Pois verts & oignons (200g)	2,99\$
Patates dauphinoises (175g)	3,99\$
Patates à déjeuner (300g)	3,99\$
Purée de pommes de terre duchesse (125g)	2,99\$
Patates grecques (300g)	3,59\$
Pâtes au beurre & aux herbes (125g)	2,49\$
Ratatouille provençale (200g)	4,29\$
Riz à l'espagnole & safran (325g)	5,99\$
Riz aux légumes (325g)	5,99\$
Riz à l'indienne & noix de coco (325g)	6,49\$
Riz à l'orientale & sauce soya (325g)	5,99\$
Riz brun aux épinards & champignons (325g)	6,49\$
Riz mexicain & haricots noirs (325g)	5,99\$

PETITE BOÎTE DE LÉGUMES

Betteraves
Carottes
Haricots verts
Macédoine
Navets

Portions de 200g

14,99 \$

(taxes incluses)

GRANDE BOÎTE DE LÉGUMES

Betteraves
Carottes
Choux de Bruxelles
& patates douces
Courge musquée
& carottes
Courge musquée
& courges vertes
Haricots verts
Macédoine
Maïs & poivrons
rouges
Navets
Pois & oignons

Portions de 200g

28,99 \$

(taxes incluses)



POISSONS & VIANDES

Boulettes de burger (plusieurs saveurs disponibles) (2)	à partir de 7,49\$
Boulettes porc & bœuf, sauce aigre-douce (350g)	10,99\$
Brochettes de crevettes, sauce mandarine & sésame (2)*	6,99\$
Brochettes de porc souvlaki (2)	5,99\$
Côtelette de porc (plusieurs saveurs disponibles) (150g)	3,29\$
Demi-côtes levées (300g)	7,99\$
Cuisse de canard confite (300g)	12,99\$
Cuisse de lapin au vin blanc (250g)	9,99\$
Filet mignon & bacon (5oz)	8,49\$
Filet mignon & marinade maison (5oz)	9,99\$
Filet mignon de porc aux trois poivres (450g)	12,99\$
Filet de sole farci géant aux fruits de mer (400g)*	12,99\$
Osso bucco confit (440g)	8,99\$
Pilons de poulet BBQ (325g)	9,99\$
Poitrine de poulet farcie jambon, asperges, fromage & bacon (200g)	8,49\$
Poitrine de poulet farcie canneberges & bacon (200g)	6,99\$
Poitrine de poulet panée jambon & fromage suisse (200g)	5,99\$
Poulet Wellington (250g)	10,99\$
Roulade de saumon aux fruits de mer (250g)*	9,99\$
Roulade de saumon aux légumes (250g)*	8,99\$
Saumon Wellington (250g)*	11,99\$
Saumon de style fumé (plusieurs formats)*	à partir de 6,99\$
Saumon aux trois poivres (plusieurs formats)*	à partir de 6,99\$
Saumon farci aux crevettes (160g)*	8,99\$
Steak & marinade maison (6oz)	6,99\$
Tournedos de poulet & bacon BBQ (185g)	5,49\$
Truite saumonée au pesto de tomates séchées (200g)*	8,99\$

*Certains prix varient selon le prix du marché. *



**LIVRAISON
GRATUITE***

COMMANDE EN LIGNE:

lestroischefs.ca

COMMANDE TÉLÉPHONIQUE:

418 476-1457

ATELIER-BOUTIQUE

**1430, rue Thomas-Powers
Lévis (secteur St-Nicolas,
sortie 305), Qc
G7A 0P9**

BOUTIQUES

**5155, Boul. Des Gradins
Québec (secteur Lebourgneuf), Qc
G2J 1C8**

**2900, ch. Quatre-Bourgeois
Québec (secteur Ste-Foy), QC
G1V 1Y4**

**1252, rue de la Concorde
Lévis (secteur St-Romuald), QC
G6W 0M7**

Heures d'ouverture

Lundi	9h00 à 18h00
Mardi	9h00 à 18h00
Mercredi	9h00 à 18h00
Jeudi	9h00 à 20h00
Vendredi	9h00 à 20h00
Samedi	9h00 à 17h00
Dimanche	10h00 à 17h00

* Certaines conditions s'appliquent. Voir détails en magasin.

Tous les prix sont sujets à changement.



* CERTAINES COM