



WESTIN
Meetings

Le Westin Montreal | 270 Saint-Antoine Quest, Montreal, Quebec H2Y 0A3 Canada | 514.380.3333

Rest + Recuperate

Recharge after a productive day with these recovery boosters, chosen for their ability to calm, restore and promote restful sleep.

Bright Breaks includes all three food menu items and choice of 1 beverage. Guided Activities and Enhancements can be added to complete your Westin Meetings experience.
\$20.00 per person. A minimum of 26 people is required.

FOOD

JUICE SHOOTERS
Grapefruit, orange and lime

YOGURT PARFAITS
Caramelized banana and toasted oats

COCONUT SHRIMP
Ginger and sesame dressing

BEVERAGES

PURE LEAF ICED TEA 5.50
Green Tea with Honey Lemon or Raspberry
Real tea done right!

ARTO LIFE WTR 6.50
Mineral flavoured water purified, PH balanced and electrolytes for flavour

NAKED 100% FRUIT SMOOTHIE 6.50
Mighty Mango or Strawberry Banana or Green Machine
A great way to revive weary muscles

ACTIVITIES

MINDFUL BREATHING 250.00*
15-60 minutes guided session led by Elmnt Studio to teach proper breathing techniques to sharpen concentration

GUIDED MEDITATION 250.00*
15-60 minutes guided session led by Elmnt Studio to harness the power of focus and attention

YOGA 250.00*
15-60 minutes guided session to align the body and mind towards greater focus and concentration

ENHANCEMENTS

TEA SANDWICH 7.95
Smoked turkey, apple, lemon mascarpone on 7 grain bread

CRAB LIME GINGER SALAD 7.00
On toast points

*from



OUR SOURCING PROMISE
We actively seek out suppliers we trust, to source ethical, sustainable and organic ingredients wherever possible.



WESTIN
Meetings

Repos + Récupération

Rechargez-vous après une journée productive avec ces options de récupération, choisis pour leur capacité à se calmer, se rétablir et à favoriser un sommeil réparateur.

La pause Bright Breaks comprend les trois items du menu et un choix de boisson. Les ACTIVITÉS et les AJOUTS peuvent être sélectionnés pour compléter votre expérience Westin Meetings. \$20.00 par personne. Un minimum de 26 personnes est requis.

NOURRITURE

DÉGUSTATION DE JUS FRAIS
Pamplemousse, orange et lime

PARFAITS DE YAOURT
Bananes caramélisées et avoine grillée

CREVETTES PANÉES À LA NOIX DE
COCO
Vinaigrette au gingembre et sésame

BOISSONS

PURE LEAF ICED TEA 5.50
Thé vert avec miel,
citron ou framboises
Du vrai thé préparé avec soin

EAU ARTO LIFE 6.50
Eau aromatisée aux minéraux
Purifié et équilibré avec électrolytes
pour la saveur

NAKED. SMOOTHIE AUX FRUITS 6.50
Maxi mangue, Fraises et banane ou
Puissance verte

ACTIVITÉS

RESPIRATION CONSCIENTE 250.00*
Séance de 15 à 60 minutes dirigée
par le studio Elmnt pour enseigner les
techniques de respiration appropriées
pour la concentration

MÉDITATION GUIDÉE 250.00*
Séance de 15 à 60 minutes dirigée par
le studio Elmnt pour exploiter le pouvoir
de concentration et d'attention

YOGA 250.00*
Séance de 15 à 60 minutes dirigée par
le studio Elmnt pour aligner le corps et
l'esprit afin d'améliorer la concentration

AJOUTS

MINI SANDWICH 7.95
Dinde fumée, pomme, mascarpone au
citron sur pain aux sept céréales

SALADE DE CRABE ET GINGEMBRE 7.00
Pointes de toast

*à partir de



NOTRE PROMESSE D'APPROVISIONNEMENT
Nous recherchons activement les fournisseurs en qui nous avons
confiance pour obtenir des ingrédients éthiques, durables et biologiques.

Les frais de service et les taxes gouvernementales sont en sus. Consommer de la viande, des fruits de mer, des crustacés ou des œufs crus ou pas assez cuits peut augmenter le risque de maladies alimentaires.
©2018 Marriott International, Inc. Tous droits réservés. Westin et ses logos sont des marques de commerce de Marriott International, Inc., ou de ses filiales.