



LA PARISIENNE TRAITEUR

Saint-Nazaire · Loire-Atlantique

LIVRE BLANC

Comment réussir votre réception ?

Quantités et timing : le guide pour organiser sereinement votre événement

Un guide pratique proposé par votre traiteur à Saint-Nazaire

Pourquoi ce guide ?

Organiser une réception réussie — mariage, anniversaire, pot de départ, séminaire ou repas de famille — repose sur deux questions simples en apparence, mais souvent sous-estimées : combien prévoir, et à quel moment agir ?

Depuis plusieurs années, notre équipe accompagne des familles et des entreprises de la région nazairienne dans l'organisation de leurs événements. Ce guide rassemble les repères que nous donnons le plus souvent à nos clients, pour vous aider à poser les bonnes bases avant même de nous contacter.

Le conseil de La Parisienne — ce document ne remplace pas un échange avec votre traiteur : chaque réception est différente. Il vous permet d'arriver à ce rendez-vous avec les bonnes questions déjà en tête.

1. Définir le type de réception

Avant de parler quantités, il faut clarifier le format de votre événement. C'est ce choix qui conditionne tout le reste : le budget, le temps de préparation et le nombre de convives que vous pouvez raisonnablement accueillir.

- Cocktail dînatoire : convives debout, pièces à picorer, ambiance conviviale et informelle.
- Apéritif suivi d'un repas : temps convivial court avant de passer à table.
- Repas assis : entrée, plat, dessert, service à table ou en buffet.
- Buffet déjeunatoire : convives autonomes, formule souple pour les groupes hétérogènes (âges, régimes).

Le nombre d'invités et la durée prévue de l'événement orientent naturellement vers l'une de ces formules. Un anniversaire de deux heures en semaine se prête bien au cocktail ; un mariage sur la journée appelle plutôt un repas assis ou un buffet généreux.

2. Calculer les bonnes quantités

C'est la question qui revient le plus souvent : "combien dois-je prévoir par personne ?" Voici les repères que nous utilisons pour établir nos devis. Ils s'ajustent ensuite selon l'heure de l'événement, la durée et le profil des invités (repas de famille avec enfants, soirée entre collègues, etc.).

Formule	Apéritif / pièces	Plat principal	Dessert	Pain	Boisson
Cocktail dînatoire	10 à 14 pièces / pers.	-	3 à 4 pièces sucrées	-	3 à 4 verres / pers.
Apéritif seul (avant repas)	5 à 6 pièces / pers.	-	-	-	2 verres / pers.
Repas assis (entrée + plat + dessert)	3 à 4 pièces / pers.	150 à 200g de viande ou poisson	1 part / pers.	40 à 50g / pers.	1/2 bouteille / pers.
Buffet déjeunatoire	-	200 à 250g / pers. (Plusieurs plats)	1 à 2 parts / pers	40g / pers.	3 verres / pers.

Le conseil de La Parisienne — un repas prévu en fin d'après-midi ou un cocktail qui dure plus de deux heures consomme davantage. N'hésitez pas à indiquer l'horaire exact à votre traiteur : c'est un facteur aussi important que le nombre d'invités.

Les régimes particuliers

Pensez à recenser, même approximativement, les convives suivant un régime sans gluten, végétarien, végétalien ou ayant une allergie alimentaire. Une réception réussie est une réception où personne n'est mis de côté au moment de se servir : mieux vaut prévoir quelques portions dédiées, clairement identifiées, plutôt que de rectifier le jour même.

3. Le bon timing : notre rétroplanning

La deuxième cause de stress avant une réception, ce n'est pas la quantité, c'est le calendrier. Voici les échéances que nous recommandons pour aborder votre événement sereinement, de la réservation jusqu'au jour J.

Délai avant la réception	Ce qu'il faut avoir fait
6 à 8 semaines avant	Fixer la date, le lieu et le nombre d'invités prévisionnel. Premier contact avec votre traiteur pour bloquer la disponibilité.
4 semaines avant	Choisir la formule (cocktail, buffet, repas assis) et valider le menu avec le traiteur. Signaler les régimes spécifiques déjà connus (allergies, végétarien, sans gluten...).
2 à 3 semaines avant	Confirmer le nombre définitif d'invités ou une fourchette resserrée. Valider le matériel nécessaire (vaisselle, mobilier, nappage) et le lieu de livraison.
2 semaine avant	Dernière relance des invités pour figer le nombre exact. Confirmer l'horaire précis de livraison ou d'installation avec le traiteur.
10 jours avant	Chiffre définitif transmis au traiteur. Vérifier l'accès au lieu (parking, ascenseur, horaires d'ouverture) et la disponibilité électrique si besoin (matériel chaud/froid).
Jour J	Accueillir la livraison ou l'équipe en amont de l'arrivée des invités, prévoir un espace dédié au stockage et au service.

Le conseil de La Parisienne — plus votre événement est important en nombre d'invités (mariage, séminaire), plus il est utile d'avancer ce calendrier de quelques semaines. Les week-ends de forte affluence (juin, décembre) se réservent tôt.

4. Les points à ne pas oublier

Au-delà des quantités et du calendrier, quelques détails pratiques font souvent la différence entre une réception fluide et une réception improvisée dans la précipitation.

Le matériel

- Vaisselle, verres, couverts : à la charge du lieu, des invités ou du traiteur ?

- Mobilier : tables, chaises, nappage — sont-ils déjà sur place ?
- Matériel de maintien en température (chaud/froid) si le repas n'est pas servi immédiatement.

Le lieu et l'accès

- Accès pour une livraison : étage, ascenseur, stationnement à proximité.
- Disponibilité électrique si du matériel de maintien au chaud est prévu.
- Horaires d'ouverture du lieu, en particulier pour une installation en amont.

Le service

- Un service à table nécessite plus de personnel qu'un buffet en libre-service.
- Prévoir qui accueille la livraison ou l'équipe si vous n'êtes pas disponible sur le créneau.
- Anticiper le rangement et la reprise du matériel en fin de réception.

Le conseil de La Parisienne — le jour J se prépare la veille : validez avec votre traiteur l'heure exacte de livraison ou d'arrivée de l'équipe, et désignez une personne référente sur place, différente si possible de l'hôte principal.

En résumé

Une réception réussie tient à trois décisions prises dans le bon ordre : choisir le format qui correspond à votre événement, calculer les quantités selon vos invités et leur profil, et respecter un calendrier de préparation qui laisse le temps d'ajuster.

Ces repères couvrent la majorité des situations, mais chaque réception a ses particularités. Notre équipe reste à votre disposition pour affiner ces chiffres selon votre projet et vous proposer une formule sur mesure.

Envie d'échanger sur votre projet de réception ?

La Parisienne Traiteur — 104 avenue de la République, 44600 Saint-Nazaire

02 40 22 45 77 — laparisiennetraiteur@orange.fr