

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU :

lundi 13 janvier 2025



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

Lundi Repas Americain

LUNDI



salade coleslaw BIO

Salade de Riz au thon - Entrée

Cheese Burger (VBF)

Filet de Poulet Pané



Potatoes

carottes BIO

Mimolette

Leerdammer

Brownie

Pomme Bio

MARDI



Salade Caravelle (carotte, navet, courgette)

Macédoine Mayonnaise BIO

Petits panés Végétaux

Burger de Veau Crème de Champignons



Gratin de Chou Fleur & PDT

Blé Nature

Samos

Yaourt aromatisé (IDF) Bio (Laitage)

Compote de Pomme & Poire BIO

kiwi

MERCREDI



Salade Marco Polo (nouilles, surimi)

Filet de Poulet Sce Normande

Fusillis Bio



Fromage Blanc BIO

Beignet Framboise

JEUDI



Betteraves Bio

Concombre Vinaigrette

Parmentier de Légumes (plat complet)

Sauté de Boeuf (VBF) à la Provençale

(plat complet)

Carottes Bio



Yaourt Nature BIO (IDF)

Brie

Clémentine

Crème Dessert Vanille BIO

VENDREDI



Salade de chou-fleur persillé

Taboulé BIO

Pavé de Colin MSC Jardinière

Pavé de Colin MSC Jardinière

brocolis BIO

Gratin de courgettes

Kiri BIO

Tomme Blanche



Liégeois au Chocolat

Banane BIO

(*) plat contenant du porc



Menu Liberté

Semaine du 13 au 17 janvier 2025



Ekilibre
RESTAURATION TRAITEUR

Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

	Nom du produit	Code	Dénomination légale	Composition	Allergènes	Origine des viandes
Entrées	Concombre Vinaigrette	B1030	Salade à base de concombre frais, assaisonnée	Concombre, sauce vinaigrette (Huile de tournesol, vinaigre coloré, MOUTARDE, SULFITES, sel, poivre blanc)	Moutarde, sulfites	
	Macédoine Mayonnaise BIO 	B1105	Salade à base de macédoine et de mayonnaise bio	Macédoine bio (carottes bio, navets bio, petits pois bio, haricots verts bio, flageolets bio, sel marin), mayonnaise bio (Huile de tournesol bio, eau, jaune d'oeuf de poules bio, moutarde de Dijon bio, vinaigres bio, sel, jus citron concentré bio, arôme naturel de moutarde), sel, poivre	œuf, moutarde	
	Salade Marco Polo (nouille, surimi)	B1176	Salade à base de nouilles, surimi et poivron rouge, assaisonnée	Nouille savoisienne (BLE), assaisonnement (huile de colza, eau, vinaigre, jaune d'OEUF, sel, MOUTARDE), miettes de surimi (POISSON, CRUSTACE), poivron rouge, eau, ketchup (CELERI), vinaigre de xérès AOP (SULFITES), MOUTARDE, ciboulette, sel	Gluten, œuf, moutarde, poisson, crustacés, sulfites, céleri	
	Salade de Riz au thon - Entrée	B1184	Salade composée à base de riz, thon et légumes (tomates, poivrons, olives noires)	Riz, thon (POISSON), sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, sucre, épices), tomate, maïs, poivron rouge, poivron vert, olive noire, vinaigre d'alcool, persil, sel	Poisson, moutarde	
	Salade Caravelle (carotte, navet, courgette)	B1258	Salade composée de carotte, navet, courgette accompagnée de mayonnaise	"Carottes râpées, sauce mayonnaise (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, MOUTARDE, jaune d'OEUF, sel, sucre, amidon de pomme de terre, épices), navet râpé, courgette, persil, colombo, sel"	Œufs, moutarde	
	Betteraves Bio 	B1264	Salade à base de betteraves bio, assaisonnée	Betteraves rouges Bio, vinaigrette (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, moutarde (MOUTARDE, SULFITE), sel, poivre blanc)	Moutarde, sulfites	
	Salade de chou-fleur persillé	B1286	salade de chou-fleur cuit vinaigrette	Brisure de chou fleur, sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), vinaigre balsamique blanc (SULFITES), MOUTARDE à l'ancienne (eau, graines de MOUTARDE, vinaigre d'alcool, sel), persil, sel, piment d'Espelette AOP	Moutarde, sulfites	
	Taboulé BIO 	B1362	Salade bio à base de semoule de blé, de légumes, de menthe et d'une vinaigrette	Semoule de BLE (GLUTEN) bio, eau, tomate, concombre bio, huile d'olive, jus de citron, menthe, sel.	Gluten (blé)	
	Salade Coleslaw BIO 	B1394	Mélange bio de chou blanc et carotte en mayonnaise	Chou blanc bio, carottes bio, mayonnaise bio, vinaigrette (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, moutarde (MOUTARDE), sel, poivre blanc), sel, poivre	Œuf, moutarde, sulfites	
Céleri Rémoulade BIO 	B1489	Céleri rave râpé issu de l'agriculture biologique, sauce maison à base de mayonnaise biologique	CELERI rave bio, mayonnaise bio (MOUTARDE, ŒUF), vinaigrette maison (eau, huile de tournesol, vinaigre d'alcool coloré, MOUTARDE (SULFITES), sel, poivre blanc), jus de citron, MOUTARDE (SULFITES), sel, poivre blanc	Céleri, œuf, moutarde, sulfites		

Plats

Cheese Burger (VBF) 	C1294	Pain spécial graines de sésame garni de viande de bœuf/prot. de soja, sce et fromage fondu	Pain spécial aux graines de SESAME (farine de BLE, eau, levure, graines de SESAME, huile de colza, sel); préparation à base de viande de boeuf protéinée (viande de boeuf, SOJA, chapelure de BLE (GLUTEN), sel, arômes); sauce (eau, concentré de tomate, sucre, vinaigre d'alcool, cornichons, oignons, sel, oignons); fromage fondu (LAIT, OEUF)	Lait, soja, œuf, gluten, sésame, moutarde, sulfites	FR
Burger de Veau Crème de Champignons	C1298	Préparation à base de viande de veau hachée, accompagnée d'une sauce à la crème de champignons	Haché de veau (viande de veau, SOJA, eau, oignons, sel, poivre), sauce CREME de champignon (eau, vin blanc (SULFITES), champignons de Paris, oignons, crème de champignons (LAIT, GLUTEN), CREME (LAIT), sauce blanche (LAIT), champignons forestiers (pleurotes, bolets jaunes, shiitakes, pholiotés), jus de veau (GLUTEN, LAIT), huile de tournesol, huile de colza aromatisée, ail, persil, poivre)	Soja, sulfites, lait, gluten	UE
Sauté de Boeuf (VBF) à la Provençale 	C1299	Sauté de boeuf associé à une sauce tomate à la provençale	Sauté de bœuf, sauce provençale (eau, sauce tomate aromatisée, Vin blanc (SULFITES), mélange méditerrané (courgettes vertes, aubergines, poivrons rouges, huile de tournesol), Brunoise provençale (courgettes, poivrons jaunes et rouges, aubergine pré-frite, oignons pré-frits, huile de tournesol), oignons, jus de veau (GLUTEN, LAIT), huile d'olive, sucre, ail, poivre	gluten, lait, sulfites	FR
Parmentier de Légumes (plat complet)	C1373	Mélange de légumes à la moutarde, purée de pommes de terre et chapelure au persil	Haricot rouge, fèves de SOJA, oignons, carottes, pommes de terre, CREME fraiche, concentré de tomates, poivrons rouges, LAIT, huile d'olive, ail, bouillon de légumes, persil, chapelure (GLUTEN), sel, moutarde de Dijon, thym, poivre, curcuma.	Soja, gluten, lait	
Filet de Poulet Sce Normande 	C1375	Filet de poulet rôti accompagné d'une sauce à base de crème et de cidre	Filet de poulet rôti, sauce Normande (Eau, vin blanc (SULFITES), oignons, crème (LAIT), sauce blanche (LAIT), cidre (SULFITES), champignons, fond blanc (GLUTEN), huile de tournesol, ail	Lait, sulfites, gluten	UE/Ukr
Solo de Colin MSC Provençale 	C1837	Portion de filets de Colin d'Alaska MSC marquée au grill enrobée de sauce provençale	Portion de filets de COLIN d'Alaska MSC, sauce (eau, sauce tomate, huile végétale de colza, basilic, huile d'olive vierge extra, tomates séchées marinées, sel, arômes naturels, fumet de POISSON)	Poisson	
Pavé de Colin MSC Jardinière 	C2200	Portion de filets de Colin d'Alaska MSC, découpées dans un bloc de filet, sans peau, sans arête, nappé d'une sauce aux légumes	Filets de COLIN D'ALASKA MSC, Légumes (Navets, Courgettes, Carottes, Poireaux, Oignons), LAIT écrémé, FROMAGE EDAM, Eau, CREME fraîche, Huile de tournesol, Amidon de maïs, Sel, Sucre, Amidon de pomme de terre, Arôme (CELERI), Extrait de	Poisson, lait, céleri	
Petits panés Végétaux	C2569	Préparation à base de protéines végétales panée cuite	Préparation à base de protéines végétales (eau, protéines de BLE, protéines de pois, oignons pré-frits (oignons, huile de tournesol), arôme naturel (GLUTEN, CELERI)), enrobage (chapelure (GLUTEN), enrobant (eau, farine de BLE), huiles végétales (tournesol, colza))	Gluten, céleri	0
Filet de Poulet Pané	C2844	Filet de poulet sans peau, traité en salaison, pané, frit	Filet de poulet, panure (farine de blé (gluten), amidon de blé (gluten), sel, amidon de pomme de terre, levure, épices et extraits d'épices), eau, huile de colza, sel	gluten	UE/Ukr
Sauté de Veau Sce Crème	C1681	Sauté de veau, sauce vin blanc crémée	Sauté de veau, sauce crème (eau, vin blanc (SULFITES), oignons, brunoise de légumes (CELERI), CREME, sauce blanche (LAIT), jus de veau (GLUTEN), huile de tournesol, ail)	Céleri, sulfites, lait, gluten	UE

Accompagnements	Carottes BIO 	D1678	Carottes cuites bio	Carottes cuites bio, huile de colza aromatisée, sel		
	Potatoes	D1799	Pommes de terre avec peau coupées en quartiers assaisonnées et prérites	Pommes de terre, huile de tournesol, enrobage (farine de BLE (GLUTEN), sel, poudre d'ail, poudre d'oignon, arôme paprika	Gluten	
	Gratin de Courgettes	D1909	Mélange de courgettes, tomates et mozzarella, assaisonnées et gratinées	Légumes assaisonnés (Courgettes, tomates, LAIT écrémé, oignons frits, MOZZARELLA (LAIT), CREME (LAIT), EMMENTAL (LAIT), huile d'olive ail), courgettes.	Gluten, lait	
	Blé Nature	D1935	Blé cuit assaisonné	BLE cuit, eau, huile de colza, sel, margarine	Gluten	
	Brocolis BIO 	D1998	Brocolis bio assaisonné	Brocolis bio, huile de colza aromatisée, sel		
	Gratin de Chou Fleur & PDT	D2018	Mélange de chou fleur et de pommes de terre accompagné de fromage gratiné	Mélange de chou fleur et FROMAGE (choux-fleurs, eau, CREME, EMMENTAL, FROMAGE frais, LAIT demi-écrémé, farine de de maïs, amidon de riz, sel, ail, épices, SAUNE d'CEUFE), pommes de terre en cubes (pommes de terre, eau)	Lait, œuf	
	Fusillis Bio 	D2207	Pâtes en spirales assaisonnés	100% semoule de BLÉ dur issu de l'agriculture biologique, huile de colza aromatisée, sel	Gluten	
	Poêlée Hivernale (chou, carotte, butternut)	D2219	Poêlée de mini chou de Bruxelles, carotte jaune, courge butternut grillée et oignon rouge grillé, assaisonnée au beurre	Chou de Bruxelles, courge butternut grillée, carotte jaune, oignon rouge grillé, eau, BEURRE concentré, sel	Lait	
Desserts	Beignet Framboise	G1964	Pâte à beignet garnie d'un fourrage à base de framboise	farine de BLE, garniture à la framboise (puree de framboise, sucre, sirop de glucose - fructose, jus concentré de fruits rouges, arôme), eau, huile de tournesol, oeuf, sucre, margarine (palme, colza), eau jus de citron concentré), jaune d'OEUF, levure, sel, gluten de BLE	Gluten, oeuf	
	Brownie	G2043	Gateau au chocolat et noix de pecan	Chocolat (Pâte de cacao, sucre, SOJA), sucre, OEUFS entiers, farine de BLE, BEURRE, huile de colza, NOIX DE PECAN	Soja, lait, gluten, oeuf, fruit à coque	