

# Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU :

lundi 18 novembre 2024



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

LUNDI



Betteraves Vinaigrette

Lasagne Bolognaise BIO (VBF)

(Plat complet)

samos

Kiwi

Carottes Râpées BIO

Pilons de Poulet aux Herbes

Haricots Plats

Emmental BIO

Acapulco ananas framboise

MARDI



Salade Camarguaise (entrée) - Riz/surimi

Dahl de Lentilles Corail et Riz (plat complet)

(plat complet)

gouda

Compote Pommes Abricots BIO

Macédoine Mayonnaise BIO

Filet de Poulet Sce Normande

Gratin Brocolis et PDT

Yaourt aromatisé (IDF) Bio (Laitage)

Clémentine

MERCREDI



Salade de PDT Persillées - Entrée

Paupiette de Veau Sauce Forestière

Purée Crécy

Yaourt Nature BIO (IDF)

Crème dessert Chocolat BIO

JEUDI



Potage BIO

Haut de Cuisse de Poulet

Frites BIO

Chèvretnine

Clémentine

1/2 Pamelos au sucre

Haut de Cuisse de Poulet

Frites BIO

Camembert BIO

Arlequin de Fruits BIO

VENREDI



salade asiatique

Filet de Colin MSC Pané

Carottes BIO Vichy

Vache Picon

Banane BIO

Chou blanc BIO au sésame grillé

Couscous

semoule

Fraidou

Compote Pomme/Mangue

(\*) plat contenant du porc









# Menu Liberté

Semaine du 18 au 22 novembre 2024



**Ekilibre**  
RESTAURATION TRAITEUR

Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.





Nom du produit	Code	Dénomination légale	Composition	Allergènes	Origine des viandes
1/2 Pomelos au sucre	B1002	Demi pomelos et sachet de sucre	Demi pomelos, sucre en dosette		
Betteraves Vinaigrette	B1010	Salade à base de betteraves rouges, assaisonnée à la vinaigrette	Betterave rouge cuite, sauce vinaigrette (huile de colza, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE) sel.	Moutarde	
Pâté de Campagne VPF - Cornichon	B1096	Charcuterie à base de viande de porc, d'oignons et d'épices, accompagnée de cornichon	Pâté de campagne (Viande de porc, gras et abats de porc, eau, oignons frais, couenne de porc, fécule de pomme de terre, sel, protéines végétales (SOJA), épices et plantes aromatiques, arômes naturels) Cornichons (MOUTARDE)	moutarde, soja	FR
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, fèves 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 tomate)	œuf, moutarde	
Salade Asiatique	B1123	Salade à base de nouilles chinoises et de légumes, assaisonnée	NOUILLES chinoises (GLUTEN), sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, saccharose, épices), sweet chilli sauce (sucre, eau, piment rouge, vinaigre distillé, ail, sel, amidon de maïs), courgette fraîche bâton, petit pois, carotte fraîche râpée, échalote, coriandre hachée, huile de SESAME grillé, sel	Gluten, moutarde, sésame	
Salade Camarguaise (entrée) - Riz/surimi	B1126	Salade de riz au surimi, assaisonnée	Riz cuit, miettes de surimi (POISSON, GLUTEN), sauce vinaigrette (CRUSTACE, MOUTARDE), concombre cube, maïs, carotte cube cuite.	Poisson, gluten, crustacés, moutarde	0
Carottes Râpées BIO 	B1139	Salade de carottes râpées biologiques, vinaigrette maison	Carottes râpées bio, sauce vinaigrette (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, moutarde (MOUTARDE), sel, poivre blanc)	Moutarde	0
Salade de PDT Persillées - Entrée	B1156	Salade à base de pommes de terre assaisonnée	Pomme de terre cube cuite, sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, saccharose, amidon de pomme de terre, épices), échalote, vinaigre de vin rouge (SULFITES), persil, sel	Moutarde, sulfites	
Chou blanc BIO au sésame grillé 	B1206	Chou blanc biologique vinaigrette à l'huile de sésame	Chou blanc frais bio, vinaigrette (MOUTARDE, SULFITES), huile de SESAME, graine de SESAME	Moutarde, sulfites, sésame	
Potage BIO 	B1270	Velouté de légumes Bio	Mélange de légumes bio, purée de pommes de terre au LAIT, eau, sel	Céleri, lait	

Entrées

Plats

Couscous 	C1322	Mélange de légumes accompagnés de boulettes de viande, de merguez et de pilon de poulet	Légumes (navets, carottes, courgettes, pois chiches, poivrons, CELERI, sauce), pilon de poulet, boulette (dinde, poulet, SOJA, eau, oignons, sel, épices, plantes aromatiques, sirop de glucose, citron, betterave poudre, arôme naturel), merguez (viande bovine, viande d'ovin, eau, épices, sel, sirop de glucose, arômes)	Céleri, soja	UE/HorsUE
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
Dahl de Lentilles Corail et Riz (plat complet)	C1392	Lentilles corail et de légumes, au lait de coco et épices sur lit de riz	Lentille corail, tomate, eau, épinard, oignon frit ( huile de tournesol), lait de noix de coco (LAIT), ail, citronnelle, sel, jus de citron , huile de colza, cumin, coriandre moulue, curcuma, riz	Lait	
Paupiette de Veau Sauce Forestière	C1526	Paupiette de veau épicée avec sa sauce aux champignons forestiers	Paupiette au veau (viande, gras de veau, viande de volaille, SOJA, oignons, sel, farine de riz, épices, plantes aromatiques, poireau, poivre, muscade, citron), sauce forestière (eau, vin blanc (SULFITES), mélange de champignons forestiers (pleurotes, bolets jaunes, shiitakes, pholiotés), CREME (LAIT), sauce blanche (LAIT), jus de veau (GLUTEN, LAIT), Eau, pâtes pré-cuites (semoule de BLE dur bio, eau), viande de boeuf VBF bio, oignons	Gluten, lait, sulfites, soja	VeauUE;VolFR
Lasagne Bolognaise BIO (VBF)  	C1590	Sauce bolognaise au bœuf, couches de pâtes et sauce crème, issue de l'agriculture bio	Bio, concentré de tomates bio, carottes bio, EMMENTAL bio, féculé de pomme de terre bio, LAIT écrémé bio, CREME fraiche bio, sel, CELERI bio, farine de BLE bio, ail bio, basilic bio	Gluten, lait, céleri	FR
Steak Haché (VBF) - Ketchup 	C1614	Steak haché de boeuf précuit et ketchup en dosette	Steak haché de boeuf, ketchup en dosette		FR
Pilons de Poulet aux Herbes	C1678	Pilons de poulet rôti aux herbes de provence	Pilons de poulet, herbes de provence, huile végétale		UE
Haut de Cuisse de Poulet	C2259	Haut de cuisse de poulet rôtis cuite	haut de cuisse de poulet		UE
Filet de Colin MSC Pané 	C2556	Moulé de filets de colin d'Alaska MSC, pané, sans arêtes	Moulé de filets de COLIN d'Alaska MSC, panure (chapelure (GLUTEN), enrobant (eau, farine de BLE, farine de riz, sel), huiles végétales (tournesol, colza))	Poisson, gluten	0
Pané de blé Tomate & Mozzarella	C2599	Préparation à base de protéines végétales, de tomates et de mozzarella, panée, pré-frite, cuite, surgelée	Protéines végétales, tomates, fromage, eau, farine de BLE oignons, tomates, mozzarella (LAIT), tomates double concentré, sel, sucre, persil, ail, basilic, origan, romarin, thym, chapelure (farine de blé, levure, sel), farine de maïs, amidon de maïs, amidon de pomme de terre, amidon modifié de maïs, sel, huiles tournesol, colza	gluten, lait	FR



Accompagnements	Frites BIO 	D1708	Frites BIO pré-frites	Pomme de terre bio, huile de tournesol bio		
	Gratin Brocolis et PDT	D1716	Mélange de brocolis et de pomme de terre cuisinés	Gratins de brocolis et pommes de terre, huile de tournesol, eau, CREME fraîche, amidon de maïs, mélange de FROMAGES à pâte dure râpés (LAIT pasteurisé), sel, extrait de levure, muscade	Lait	
	Haricots Plats	D1723	Haricots plats coupés cuits assaisonnés	Haricots plats, huile de colza aromatisée, sel		
	Semoule	D1836	Semoule de blé assaisonnée	Semoule de BLE, eau, huile d'olive vierge extra, sel	Gluten (blé)	
	Courgettes BIO 	D1877	Courgettes bio assaisonnées	Courgettes bio, huile de colza aromatisée, sel		
	Trio de Legumes BIO (carottes, chou-f, broc) 	D1891	Carottes bio, chou-fleur bio, brocolis bio assaisonnés	Trio de légumes bio (carottes bio, chou-fleur bio, brocolis bio)		
	Purée Crécy	D1926	Purée de carotte et de pomme de terre au lait	Eau, purée de carottes, purée de pomme de terre (pommes de terre, LAIT entier, arôme naturel goût BEURRE, épice, arôme naturel), huile de colza aromatisée, sel	Lait	
	Carottes BIO Vichy 	D2139	Carottes bio assaisonnée	Carottes bio, huile de colza aromatisée, sel		
Desserts	Acapulco Ananas Framboise	G2193	Biscuit à la noix de coco, parsemé de framboises et de morceaux d'ananas	Sucre, huile de colza, OEUF entier, farine de BLE (GLUTEN), ananas, eau, framboises, amidon de BLE (GLUTEN), noix de coco râpée, sirop de glucose fructose, LAIT écrémé en poudre, sel.	Oeuf, gluten (blé), lait	