

# Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE



SEMAINE DU :

lundi 20 janvier 2025



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

*Mercredi repas savoyard*

LUNDI



Betteraves Bio	Céleri Remoulade
Sauté de poulet Sauce Curry	Solo de Colin d'Alaska MSC au Citron
Riz basmati	Haricots verts BIO
Petit Cabray	Gouda BIO
Compote Pomme banane	Pomme BIO

MARDI



duo de crudités BIO	Salade Arlequin
Lasagnes Provençales aux Lentilles & Emmental Bio (Plat Complet)	Sauté de Boeuf (VBF) à la Provençale
fromage fondu	Boulgour
Flan Nappé Caramel	Camembert BIO
	Orange bio

MERCREDI



Carottes râpées  
Tartiflette au reblochon  
Plat complet  
Fromage blanc BIO  
Tarte aux Pommes BIO

JEUDI



Macédoine Mayonnaise	Salade de Perles aux Légumes
Pané Blé Emmental Epinards	Aiguillettes de Poulet sce suprême
Gratin de Pommes de Terre	Trio de Legumes BIO (carottes, chou-f, broc)
Edam BIO	Coulommiers à la Coupe
Yaourt aromatisé Bio (Dessert)	Clémentine

VENREDI



Salade du Pêcheur - Entrée	Carottes Râpées BIO
omelette nature	Filet de Colin MSC Sauce Blanche
Brocolis BIO	Puree de Patates Douces
Six De Savoie	Yaourt Nature BIO (IDF)
Lingot Pommes & Amandes	Compote de pomme BIO

(\*) plat contenant du porc









# Menu Liberté

Semaine du 20 au 26 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	Céleri Remoulade	B1015	Salade à base de céleri frais, assaisonnée	CELERI frais râpé, assaisonnement (OEUFS), MOUTARDE, sel.	Céleri, moutarde, oeuf	
	Salade Arlequin	B1022	Salade à base de concombre et de tomates au maïs	Concombre cubes, tomates cubes, vinaigrette maison (huile de tournesol, eau, vinaigre coloré (SULFITES), MOUTARDE, sel, poivre), maïs, persil	Moutarde, sulfites	
	Macédoine Mayonnaise	B1075	Salade à base de carottes, petits pois, haricots verts, navets, flageolets, assaisonnée	Macédoine de 5 légumes (carottes, petit pois, haricot vert, navets, flageolets), mayonnaise (huile de colza, eau, jaune d'OEUF, MOUTARDE (eau, graines de MOUTARDE, vinaigre, sel), vinaigre, poivre), MOUTARDE, vinaigre d'alcool, sel.	Moutarde, oeuf	
	Chou blanc Bio 	B1106	Chou blanc émincé accompagné d'une vinaigrette maison	Chou blanc émincé, vinaigrette (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, moutarde (MOUTARDE), sel, poivre blanc).	Moutarde, sulfites	
	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
	Duo de Crudités BIO 	B1149	Duo de céleri râpé bio et carottes râpées bio, assaisonné	CELERI bio, carottes bio, vinaigrette (MOUTARDE, SULFITES), mayonnaise bio (OEUFS), sel, poivre	Céleri, moutarde, œuf, sulfites	
	Salade du Pêcheur - Entrée	B1166	Salade à base de pommes de terre et thon, assaisonnée	Pomme de terre cube cuite, sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), thon (POISSONS), oignons, eau, olive noire rondelle, cornichon, persil, sel, aneth.	Moutarde, poisson	
	Salade Verte	B1196	Mélange de salades vertes	Mélange de salades vertes		
	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 Perles aux Légumes	B1667	Salade à base de pâtes perles aux légumes, assaisonnée	PÂTES perles (GLUTEN), assaisonnement (huile de colza, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), maïs, tomate fraîche cube, petits pois, tomate, bouillon de légumes (CELERI), ail, persil, échalote	Gluten, moutarde, céleri	

**Plats**

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 méditerranéen (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
Omelette Nature	C1466	Omelette salée pliée en 2, façon demi lune	ŒUF entier, LAIT écrémé, sel, poivre	Œuf, lait	
Solo de Colin d'Alaska MSC au Citron 	C1737	Portion formée de filets de colin d'Alaska MSC marqué au grill, enrobé d'une sauce citron	Portion de filets de COLIN d'Alaska MSC, sauce (eau, huile d'olive vierge extra, huile de colza, plantes aromatiques, arômes naturels, zestes de citron, fumet de POISSON, sel, épice)	Poisson	0
Lasagnes Provençales aux Lentilles & Emmental BIO 	C2021	Alternance de couches de pâtes, de légumes et de lentilles	Eau, pâte à lasagne (eau, semoule de BLÉ dur), purée de tomates mi-réduite, lentilles vertes, courgettes grillées, EMMENTAL (LAIT), tomates pelées concassées au jus, oignons, double concentré de tomates, poivron rouge, poivrons jaunes, huile d'olive vierge, LAIT, CÉLERI, CRÈME fraîche, sel, ail, farine de BLÉ, basilic, sucre de canne, thym, origan, paprika, muscade, poivre	Gluten, lait, céleri	
Pané Blé Emmental Epinards	C2178	Préparation à base de protéines végétales, de fromage et d'épinards enrobée	Préparation à base de protéines végétales, de fromage et d'épinards (eau, épinards, farine de BLE), EMMENTAL, oignons, huile de colza, sel, épice), enrobage (chapelure (chapelure (GLUTEN), MILLET, graines de potiron, graines de lin marron, graines d'oignon, huile de tournesol), enrobant (eau, farine de BLE, farine de maïs, sel), huiles végétales (tournesol, colza))	Gluten, lait	
Sauté de poulet Sauce Curry	C2217	Sauté de blanc de poulet accompagné d'une sauce au curry	Sauté de poulet, sauce curry (eau, oignons, brunoise provençale, lait de coco, sauce blanche (LAIT), fond blanc de volaille (CELERI, BLE), huile de colza aromatisée, ail, curry (MOUTARDE, GLUTEN), coriandre)	Gluten, lait, moutarde, céleri	UE
Haut de Cuisse de Poulet - Ketchup	C2233	Haut de cuisse de poulet cuit accompagné d'une dosette de Ketchup	Haut de cuisse de poulet, dosette de Ketchup (tomates, vinaigre d'alcool, sucre, sel, arôme, épice)		UE
Filet de Colin MSC Sauce Blanche 	C2307	Filet de colin MSC accompagné d'une sauce blanche	Filet de COLIN, sauce blanche (eau, vin blanc (SULFITES), sauce blanche (LAIT), CREME, échalote, farine de riz, fumet de POISSON (POISSON), vinaigre)	Poisson, lait, sulfites	
Aiguillettes de Poulet Sce Suprême	C2419	Morceaux de filet et/ou d'aiguillette de poulet rôtis traités en salaison sauce blanche à la crème	Aiguillettes de poulet (filet et/ou aiguillette de poulet), sauce suprême (eau, vin blanc (SULFITES), oignons, CREME épaisse (LAIT), sauce blanche (LAIT), bouillon de volaille, huile de tournesol, ail)	Lait, sulfites	UE
Tartiflette au Reblochon	C2424	Préparation à base de pomme de terre, de lardon de dinde cuit fumé et de reblochon	Pommes de terre sautées (huile de palme, huile de tournesol), CREME, eau, lardons de dinde cuite fumé, REBLECHON, oignon rissolé (huile de tournesol), fromage fondu (LAIT), huile de colza, amidon modifié, sel, arôme naturel (LAIT, GLUTEN), arôme et arôme fumée, poivre blanc	Lait, gluten	0

Duo de Courgettes	D1682	Mélange de courgettes jaunes et vertes assaisonnées	Duo de courgettes (courgettes vertes et jaunes), huile de colza aromatisée, sel.	
Haricots Verts BIO 	D1717	Haricots verts issus de l'agriculture biologique, assaisonnés	Haricots verts issus de l'agriculture biologique, huile de colza aromatisée, sel	
Purée de Patates Douces	D1806	Purée de patate douce et de pomme de terre	Patates douces, eau, crème fraîche (LAIT), BEURRE, sel, poivre	Lait
Gratin de Pommes de Terre	D1811	Préparation cuite à base de pommes de terre, crème et fromage	Pommes de terre pré-frites (huile végétale de tournesol), eau, CREME (LAIT), amidon de pommes de terre, spécialité fromagère fondue (lait), fromage en poudre, huile végétale de colza, sel, ail en poudre, poivre blanc.	Lait
Trio de Légumes 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)	
Riz Basmati	D1900	Riz basmati cuit assaisonné	Riz basmati, huile de colza aromatisée, sel	

Accompagnements