

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU :

lundi 20 novembre 2023



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

Jeudi Thanksgiving

vendredi repas asiatique

L
U
N
D
I



Betteraves Vinaigrette
Lasagne Bolognaise BIO

Carottes Râpées BIO
Pilons de Poulet aux Herbes



(Plat complet)

Haricots Verts Persillés

samos

Emmental BIO

Kiwi

Compote Pommes Abricots BIO

M
A
R
D
I



Salade de Maïs
Steak haché au Jus
Haricots Verts Persillés

Macédoine Mayonnaise BIO
Filet de Poulet Sce Normande
Pommes Vapeur Persillées



Gouda

Yaourt aromatisé (IDF) Bio (Laitage)

Acapulco Ananas Framboise

Clémentine

M
E
R
C
R
E
D
I



Salade de PDT Persillées - Entrée
Paupiette de Veau Sauce Forestière



Gratin de Pommes de Terre
Yaourt Nature BIO (IDF)
Crème dessert Chocolat BIO

J
E
D
I



Salade Coleslaw
Sauté de Dinde aux aïelles
Puree de patates douces

1/2 Pomelos au sucre
Steak Haché - Ketchup
Trio de Legumes BIO



Fromage Blanc BIO

Camembert BIO

Donut's

Arlequin de Fruits BIO

V
E
N
D
R
E
D
I



salade de lentilles vinaigrette
Filet de Colin Pané

Chou Rouge vinaigrette
Filet de Colin Pané



Carottes Vichy

Riz Mékong

Vache Picon

Fraidou

Banane BIO

Compote Pomme/Mangue

(*) plat contenant du porc

Menu Liberté

Semaine du 20 au 24 novembre 2023

Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

Ekilibre
RESTAURATION TRAITEUR

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, sucre), sel.	Moutarde	
Pâté de Campagne - 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
Chou Rouge Vinaigrette	B1102	Salade de chou rouge à la vinaigrette	Chou rouge frais râpé, huile de colza, vinaigre de cidre (SULFITES), sucre, sel, extrait de poivre.	Moutarde, sulfites	
Entrées Macédoine Mayonnaise BIO	B1105	Salade à base de macédoine et de mayonnaise bio	Macédoine bio (Eau, carottes bio, pommes de terre bio, haricots verts bio, petits pois bio, flageolets bio, sel de mer), 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 Coleslaw	B1129	Salade à base de chou blanc et carottes râpées, assaisonnée	Chou blanc frais râpé, assaisonnement (huile de colza, eau, vinaigre, MOUTARDE, jaune d'OEUF, sel, sucre, épices), carotte fraîche râpée, sucre, CREME épaisse (LAIT), oignon, sel	Moutarde, œuf, lait	
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 Lentilles Vinaigrette	B1144	Salade de lentilles vertes à la vinaigrette	Lentilles vertes, assaisonnement, huile d'olive, vinaigre d'alcool, échalote, ciboulette, sel.	Moutarde	
Salade de Maïs	B1145	Salade à base de grains de maïs et de légumes, assaisonnée	Maïs, carotte cube, tomates, assaisonnement (huile de colza, eau, vinaigre, sel, MOUTARDE, épice), petits pois, sel	Moutarde	
Salade de PDT Persillées - Entrée	B1156	Salade à base de pommes de terre assaisonnée	Pomme de terre cube, assaisonnement, échalote, vinaigre de vin rouge, persil, sel	Moutarde, sulfites	

Plats

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		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	PPaupiette au veau (viande et gras de veau, viande de volaille, SOJA, eau, oignons, sel, épices, plantes aromatiques, poireau, poivre, muscade), sauce forestière (eau, vin blanc (SULFITES), mélange de champignons forestiers (pleurotes, bolets jaunes, shiitakes, pholiotés), oignons, CREME (LAIT), sauce blanche (LAIT), jus de veau (GLUTEN, LAIT), huile de tournesol, ail, persil, poivre)	Gluten, lait, sulfites, soja	VeauUE;VoIFR
Lasagne Bolognaise BIO		C1590	Sauce bolognaise au bœuf, couches de pâtes et sauce crème, issue de l'agriculture bio	Eau, pâtes pré-cuites (semoule de BLE dur bio, eau), viande de boeuf bio, oignons Bio, concentré de tomates bio, carottes bio, EMMENTAL bio, amidon de maïs bio, LAIT écrémé bio, CREME fraiche bio, sel, farine de BLE bio, CELERI bio, ail bio, basilic bio	Gluten, lait, céleri	UE
Steak Haché - Ketchup		C1614	Steak haché de boeuf précuit et ketchup en dosette	Steak haché de boeuf, ketchup en dosette		VBF
Pilons de Poulet aux Herbes		C1678	Pilons de poulet rôti aux herbes de provence	Pilons de poulet, herbes de provence, huile végétale		UE
Sauté de Poulet Aigre Doux		C1738	Sauté de viande de cuisse de poulet, sauce sucrée salée	Sauté de poulet, sauce aigre douce (eau, morceaux d'ananas, oignons, poivrons rouges et verts, julienne arc en ciel (brocolis, germes de haricots mungo, carottes, carottes jaunes), sucre, liant (GLUTEN, LAIT), vinaigre, ketchup, fond blanc de volaille (GLUTEN, LAIT, CELERI), ail, mise en place thaï (FRUIT A COQUE), nouilles de bambou, mélange	Fruit à coque, gluten, lait, céleri	UE
Sauté de Dinde aux Airelles		C2488	Sauté de dinde accompagné d'une sauce aux airelles	Sauté de dinde, sauce aux airelles (eau, airelles, sucre, vinaigre d'alcool, vinaigre balsamique (SULFITES), cranberries séchées, amidon de BLE (GLUTEN), jus de veau (GLUTEN, LAIT), jus de poulet (GLUTEN))	Gluten, sulfites, lait	UE
Filet de Colin 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	O
Pané de blé Tomate & Mozarella		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	Haricots Verts Persillés	D1725	Haricots verts assaisonnés	Haricots verts, assaisonnement (huile de colza aromatisée, sel, persil, ail)		
	Pommes Vapeur Persillées	D1796	Pommes de terre cuites, assaisonnées d'huile et de persil	Pommes de terre cuites, huile de colza aromatisée, sel, persil		
	Puree 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	Préparation gratin dauphinois (pommes de terre pré-frites, eau, CREME, FROMAGES, CREME, arômes naturels, huile végétale de colza, sel, épices, huile végétale d'ail), emmental rapé	Lait	
	Courgettes BIO 	D1877	Courgettes bio assaisonnées	Courgettes bio, huile de colza aromatisée, sel		
	Trio de Legumes BIO 	D1891	Carottes bio, chou-fleur bio, brocolis bio assaisonnés	Trio de légumes bio (carottes bio, chou-fleur bio, brocolis bio), huile de colza aromatisée, sel		
	Riz Mékong	D1920	Mélange de riz et de petits légumes assaisonné	Mélange de riz mékong (riz basmati précuit salé, carottes jaunes, maïs doux, garden peas (petits pois doux), poireaux julienne, carottes orange, oignons cubes), huile de colza aromatisée, sel		
	Carottes Vichy	D1973	Carottes assaisonnée	Carottes, huile de colza aromatisée, sel		
Desserts	Donut's	G2011	Viennoiserie recouverte d'une pellicule de sucre en poudre.	Farine (BLE (GLUTEN), SOJA), huiles et graisses végétales, eau, sucre, levure, sel, poudre de LAIT écrémé, arôme.	Gluten, soja, lait	