

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU :

lundi 04 septembre 2023



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

LUNDI



Duo de Crudités BIO

Lasagnes Provençales aux Lentilles & Emmental BIO

(plat complet)

Boursin Ail et Fines Herbes

Compote Pommes Bananes BIO

Salade de Quinoa

Pilons De Poulet Aux Herbes

Gratin de Chou Fleur & PDT

Petit suisse sans sucre

Pomme bio

MARDI



Saucisson Panaché* - Cornichon

Filet de Colin / Hoki Meunière

Printanière de Légumes

Tomme Noire

Moelleux au Citron

Concombre (IDF) fromage Blanc Ciboulette

Steack Haché au Jus

Plat de Pâtes

Chanteneige BIO

Compote Pommes abricots BIO

MERCREDI



Roulade Volaille Pistaches - Cornichon

Sauté de veau Marengo

Riz Sauvage

Kiri BIO

Crème dessert Vanille BIO

JEUDI



Melon type Charentais

Saucisse de Francfort*

Frites BIO

Yaourt Nature BIO

Tarte aux pommes normande

Salade Coleslaw BIO

Steak Haché BIO au jus

Gratin Brocolis et PDT

P'tit Louis Coque

Arlequin de fruits BIO

VENREDI



Oeuf dur mayonnaise

Cubes de Colin Sauce Citron

Petits Pois

Croc Lait BIO

Yaourt Brassé Aux Fruits BIO

salade de Tomate BIO

Cubes de Colin Sce Citron

Purée de Patates Douces

Fromage Blanc SANS SUCRE

Poire Au sirop

(*) plat contenant du porc

EKILIBRE RESTAURATION TRAITEUR

www.Ekilibre.com



Menu Liberté

Semaine du 04 au 08 septembre 2023



Ekilibre
RESTAURATION TRAITEUR

Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

Entrées

	Nom du produit	Code	Dénomination légale	Composition	Allergènes	Origine des viandes
	Concombre (IDF) fromage Blanc Ciboulette	B1032	Concombre local accompagné d'une sauce crémeuse à la ciboulette	Concombre, FROMAGE BLANC, vinaigrette (Eau, huile de tournesol, vinaigre d'alcool, MOUTARDE, sel, poivre blanc), ciboulette	Lait, moutarde	
	Duo de Crudités BIO 	B1149	Duo de céleri râpé bio et carottes râpées bio, assaisonné	Carottes bio, CELERI bio, mayonnaise bio (MOUTARDE, OEUF), sel, poivre	Céleri, moutarde, œuf	
	Melon Type Charentais	B1005	Melon	Melon		
	Oeuf dur mayonnaise	B1001	Oeuf dur mayonnaise	OEUF dur, mayonnaise (MOUTARDE, SULFITES)	Œuf, moutarde, sulfites	
	Rillettes - Cornichon	B1110	Rillettes pur porc (maigre de porc assaisonné et cuit dans de la graisse de porc) et cornichon	Rillettes pur porc, Cornichon	Moutarde, sulfites	Porc: FR
	Roulade Volaille Pistaches - Cornichon	B1117	Roulade de volaille composée de viande de dinde et garnie de pistache, cornichon	Roulade de volaille pistaches, cornichon	Lait, fruits à coque, moutarde, sulfites	FR
	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	
	Salade de Quinoa	B1004	Salade à base de quinoa, de boulghour et de petits légumes	QUINOA cuit, BOULGOUR (GLUTEN), semoule de BLE dur (GLUTEN), carotte cube, concombre cube, tomates fraîches cubes, pur jus citron, huile d'olive, sauce vinaigrette, pesto (basilic, huile de tournesol, FROMAGE à pâte dure déshydraté, ail, jus de citron), sel.	Gluten, lait, moutarde	
	Salade de Tomate BIO 	B1127	Tomate issue de l'agriculture biologique, à la sauce vinaigrette maison	Tomate BIO, vinaigrette (Huile de colza, eau, vinaigre, MOUTARDE (eau, graines de la MOUTARDE, vinaigre d'alcool, sel, épices), sel, poivre).	0	
	Saucisson Panaché - Cornichon	B1204	Saucisson sec pur porc et saucisson à l'ail, accompagnés de cornichon	Saucisson sec pur porc, saucisson cuit à l'ail, Cornichon	Lait, soja, gluten (blé), sulfites, moutarde	Porc: UE

Plats

Cordon Bleu de dinde	C1353	Viande de dinde reconstituée garnie (jambon cuit de dinde goût fumé/fromage fondu) panée	Tranche de viande blanche de dindonneau traitée en salaison; panure (farine de BLE, eau, sel, levures, épices : paprika, curcuma); jambon de dinde cuit goût fumé (SOJA); FROMAGE fondu (LAIT); huile de tournesol	Lait, soja, gluten	UE
Cubes de Colin Sce Citron 	C2532	Cubes de Colin d'Alaska MSC, sauce crémée au citron	Cubes de COLIN d'Alaska MSC, sauce au citron (eau, vin blanc (SULFITES), sauce béchamel (LAIT), CREME, jus de citron (SULFITES), fumet de POISSON (POISSON), échalote, épices (paprika, poivre, safran))	Poisson, gluten, lait, sulfites	
Dahl de lentilles, légumes au lait coco & riz (Plat Complet)	C1329	Mélange de lentilles corail, de légumes et de riz, assaisonnée au lait de noix de coco et aux épices	Lentille corail, eau, épinard, oignon, lait de noix de coco (LAIT), ail, citronnelle, sel, jus de citron, huile de colza, cumin, coriandre moulue, curcuma, riz	Lait	
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
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	
Nuggets de Blé Croustillant	C1893	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	
Pilons de Poulet aux Herbes	C1678	Pilons de poulet rôti aux herbes de provence	Pilons de poulet, herbes de provence, huile végétale		UE
Saucisse de Francfort	C1587	Préparation de viande et gras de porc assaisonnés et poussée dans un boyau collagène jaune orange	Viande de porc, eau, gras de porc, sel, fibre de carotte, plasma de porc, arômes naturels, épices, boyau coloré; FUMAGE AU BOIS DE HETRE ou Viande de porc, eau, gras de porc, sel, LAIT, SOJA, épices et plantes aromatiques, sang de porc, arômes, Enveloppe	Lait, soja	UE
Sauté de veau Marengo	C1616	Sauté de veau accompagné d'une sauce mijotée au vin et légumes	Sauté de veau, sauce marengo (eau, vin blanc (SULFITES), oignons, tomate cube, liant (GLUTEN, LAIT), jus de veau (GLUTEN, LAIT), concentré de tomate, huile de tournesol, ail, poivre, thym)	Gluten, sulfites, lait	FR
Steak Haché BIO au Jus 	C1613	Steak haché de boeuf issu de l'agriculture biologique, au jus	Steak haché bio (viande bovine), jus de viande (eau, vin blanc (SULFITES), échalotes, jus de veau (GLUTEN, LAIT), roux (GLUTEN), huile de tournesol, caramel, poivre)	Gluten, sulfites, lait	FR

Accompagnements	Duo de Courgettes	D1682	Mélange de courgettes jaunes et vertes assaisonnées	Duo de courgettes (courgettes vertes et jaunes), huile de colza aromatisée, sel.		
	Frites BIO 	D1708	Frites BIO préfrites	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	
	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, JAUNE d'ŒUF), pommes de terre en cubes (pommes de terre, eau)	Lait, œuf	
	Petits Pois	D1759	Petits pois assaisonnés	Petits pois, huile de colza aromatisée, sel		
	Printaniere de Légumes	D1802	Mélange de légumes cuits à la vapeur et de pommes de terre	Mélange de légumes (petits pois doux, haricots verts, flageolets, carottes et navets), pommes de terre, huile de colza aromatisée, sel		
	Puree de Patates Douces	D1806	Purée de patate douce et de pomme de terre	Patates douces, eau, crème fraîche (LAIT), BEURRE, sel, poivre	Lait	
	Riz Sauvage	D1816	Mélange de riz blanc et de riz sauvage assaisonnés	Mélange de riz (Riz blanc long grain, riz sauvage), huile de colza aromatisée, sel		
DESSERTS	Tarte aux Pommes Normande	G2137	Pâte sablée à l'appareil onctueux et aux pommes légèrement croquantes	Pomme, farine de BLE (GLUTEN), LAIT écrémé, sucre, OEUF frais entier, margarine, caramel, gélifiant: agar agar-pectines.	Gluten (blé), oeuf, lait	