

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU :

lundi 11 décembre 2023



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

LUNDI



Taboulé
Nuggets de Blé Croustillant
Haricots Plats
Carré Frais 1/2 Sel
Fromage Blanc aux Fruits

Betteraves Bio
Sauté de boeuf paprika
Riz creole
Yaourt Nature BIO (IDF)
Pomme BIO

MARDI



Crêpe au Fromage
Pilons de Poulet ketchup
Pommes Rissolées
Petit Suisse SANS SUCRE
Tarte aux Pommes

Crêpe au Fromage
Filet de colin crème de poireaux
Trio de Legumes BIO
Tomme Grise BIO
Orange

MERCREDI



Melon
Steak haché au jus
Spirales
Fromage Fondu
Mousse au Chocolat

JEUDI



Potage de Potimarron Bio
Pané Blé Emmental Epinards
Courgettes BIO
Chèvre-tine
Flan Nappé Caramel

Salade de Blé Provençale
Pilons de Poulet aux Herbes
Ratatouille
kiri BIO
poire BIO

VENREDI



Salade De Maïs
Lasagne au Saumon
(plat complet)
Samos
Moelleux au Sucre Perlé

Duo de Crudités BIO
Lasagne au Saumon
(plat complet)
Brie
Compote de Pommes/Fraises

(*) plat contenant du porc



Menu Liberté

Semaine du 11 au 15 décembre 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
Céleri Remoulade	B1015	Salade à base de céleri frais, assaisonnée	CELERI frais râpé, assaisonnement (OEUFs), MOUTARDE, sel.	Céleri, moutarde, oeuf	
Crêpe au Fromage	B1035	Crêpe pliée en forme de demi-lune, garnie d'une sauce au fromage	Eau, farine de blé (GLUTEN), OEUFs frais, Emmental, FROMAGE, lactose et protéine de lait, huile de coprah, amidon de riz, sel, huile de tournesol, poivre blanc, muscade.	Gluten, oeuf, lait	
Melon - Entrée	B1081	Melon charentais ou melon jaune, selon approvisionnement	Melon		
Radis - Beurre	B1109	Radis avec une portion de beurre	Radis, portion de BEURRE (LAIT)	Lait	
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	
Duo de Crudités BIO 	B1149	Duo de céleri râpé bio et carottes râpées bio, assaisonné	Carottes bio, CELERI bio, mayonnaise bio (MOUTARDE, OEUFS), sel, poivre	Céleri, moutarde, œuf	
Taboulé	B1207	Salade réfrigérée à base de semoule de blé dur et tomates, assaisonnée	Semoule de BLE (GLUTEN) dur gonflée, tomate, oignon, poivron rouge, huile de colza, vinaigre d'alcool, huile d'olive, bouillon de légumes (CELERI), sucre, persil, menthe, ciboulette, sel, citron	Gluten, céleri	
Potage de Potimarron Bio 	B1227	Feuilleté en forme de triangle et garni d'un appareil au fromage de chèvre	Purée de potimarron Bio, purée de pomme de terre (LAIT), sel	Lait	
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 Blé Provençale	B1415	Salade à base de blé et de légumes, assaisonnée	BLE (GLUTEN), assaisonnement, poivron vert, poivron rouge, tomate fraîche, oignon, ail, basilic, sel, herbes de Provence.	Gluten (blé), moutarde	

Plats

Filet de colin crème de poireaux	C1311	Filet de colin MSC accompagné d'une sauce crémeuse au poireau	Filet de COLIN d'Alaska MSC, sauce (eau, émincé e crème de poireaux, vin blanc (SULFITES), CREME(LAIT), sauce béchamel (LAIT), échalote, fumet de poisson (POISSON, GLUTEN), ail, vinaigre	Poisson, sulfites, lait, gluten	0
Lasagne au Saumon	C1438	4 couches de pâte à la semoule de blé dur intercalées de sauce au saumon	LAIT écrémé, pâtes (GLUTEN, OEUF), SAUMON, eau, LAIT entier, CREME fraiche, MOZZARELLA, oignons, farine de BLE, huile de tournesol, concentré de tomate, arômes naturels (LAIT), arôme (POISSON), jus de citron, sel, champignon, épices, poivre, piment d'Espelette	Gluten, poisson, lait, œuf	0
Pilons de Poulet Ketchup	C1566	Pilons de poulet rôtis, dosette de ketchup	Pilon de poulet, amidon, sel, dosette ketchup (purée de tomates, sucre, vinaigre, sel, arômes)		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
Oeufs Durs Sauce Mornay	C1858	Œufs durs accompagné d'une sauce blanche de type Mornay	OEUFS durs, sauce Mornay (eau, sauce béchamel (LAIT), EMMENTAL râpé (LAIT), muscade, poivre, épices (paprika, poivre, safran))	Œuf, lait	
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	
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	
Cordon Blé Soja	C2559	Préparation à base de fromage fondu et jambon végétal panée	Préparation de protéines SOJA-BLE (huile de colza, eau poudre de blanc d'OEUF, sel), Panure (farine BLE, sel, levure, épices), FROMAGE fondu, Prépa végétale tranchée (eau, huile canola, amidon BLE, poudre blanc d'OEUF, épaississants, arômes naturelles, épices), Huile tournesol.	Gluten, Lait, Soja, oeuf	0
Sauté de boeuf paprika	C2761	Sauté de boeuf avec une sauce au paprika	sauté de bœuf, sce paprika (eau, vin rouge (SULFITES), oignon, poivrons, CREME (LAIT), sauce tomate aromatisée, sauce blanche (LAIT), jus de veau (GLUTEN, LAIT), ail, huile de tournesol, paprika doux)	sulfites, lait, gluten	FR

Accompagnements	Haricots Plats	D1723	Haricots plats coupés cuits assaisonnés	Haricots plats, huile de colza aromatisée, sel		
	Pommes Rissolées	D1789	Pommes de terre coupées en cube, rissolées	pomme de terre, huile de tournesol		
	Ratatouille	D1810	Mélange de légumes grillés et frits enrobé d'une sauce cuisinée à base de tomate, surgelé	Sauce tomate (eau, coulis et purée de tomates, huile de tournesol, amidon de maïs, sel, sucre, oignons, romarin, poivre, ail) , aubergines grillées, courgettes grillées, tomates, oignons frits (oignons, huiles tournesol, colza), poivrons verts grillés, poivrons rouges grillés		
	Riz Creole	D1818	Riz long grain cuit assaisonné	Riz, huile de colza aromatisée, sel		
	Spirales	D1842	Pâtes spirales assaisonnées	Pâtes spirales (GLUTEN), huile de colza aromatisée, sel	Gluten	
	Purée de pomme de terre	D1871	Purée de pomme de terre au lait	Eau, purée flocon de pomme de terre au lait, huile de colza aromatisée, sel	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		
	Epinards BIO à la Béchamel 	D2206	Epinards issus de l'agriculture biologique accompagnés d'une sauce béchamel	epinards bio, sauce béchamel (eau, sauce blanche (LAIT), poivre, musade)	Lait	
DESSERTS	Tarte aux Pommes	G2177	Fond de pâte sucrée garnie d'une compote de pommes recouverte de lamelles de pommes fraîches	Pommes, compote de pommes, farine de BLE, nappage, sucre, préparation à base de matières grasses, OEUFS, eau, poudre à lever, sel	Gluten, œufs	