

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU :

lundi 13 novembre 2023



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

Menu GEMRCN

L
U
N
D
I



Crêpe au Fromage
Boulettes Végétales Sce Orientale

Salade de Riz au thon - Entrée

Filet de Poulet Sce Crème



Boullgour
gruyère IGP

Brocolis

Fromage Blanc BIO

Madelons Pépites de Chocolat

Clémentine

M
A
R
D
I



Duo de crudités
Pennes sauce végétale à la tomate
(plat complet)

Rillettes - Cornichon*

Filet de Colin/Hoki Meunière



Six de Savoie

Haricots Verts BIO

Yaourt Nature BIO (IDF)

Yaourt aux Fruits Mixés

Pomme BIO

M
E
R
C
R
E
D
I



Oeuf Dur - Sce Cocktail
Sauté de Veau Aux Olives
Pommes Vapeur Persillées



Tomme Noire

Fromage Blanc aux fruits

J
E
U
D
I



Potage de Légumes (scolaire)
Jambon Blanc*
Gratin de Chou Fleur & PDT

Betteraves Bio

Steak Haché - Ketchup



Cabrette

Duo de Carottes

Edam BIO

Crêpe au sucre

Orange BIO

V
E
N
D
R
E
D
I



Salade de Maïs
Parmentier de Légumes
(plat complet)

Melon Jaune

Dés de Colin MSC crème de Poireaux



Petit Suisse sans sucre

Riz Basmati

Saint-Paulin BIO

kiwi

Lingot Pommes & Amandes

(*) plat contenant du porc

www.Ekilibre.com

Menu Liberté

Semaine du 13 au 17 novembre 2023

Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

Ekilibre
RESTAURATION TRAITEUR

Entrées

Nom du produit	Code	Dénomination légale	Composition	Allergènes	Origine des viandes
Concombre Vinaigrette	B1030	Salade à base de concombre frais, assaisonnée	Concombre, sauce vinaigrette (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, moutarde (MOUTARDE), sel, poivre blanc), persil.	Moutarde	
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	
Duo de Crudités	B1044	Salade à base de carotte et céleri râpés assaisonnés	Carottes fraîches râpées, CELERI frais râpé, sauce mayonnaise (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, MOUTARDE, jaune d'OEUF, sel, épices), sucre, persil, curcuma, sel	Céleri, moutarde, oeuf, sulfites	
Melon Jaune	B1082	Melon jaune	Melon jaune		
Oeuf Dur - Sce Cocktail	B1090	Oeuf dur accompagnée d'une sauce à base de mayonnaise, de sauce tomate et relevée au cognac	OEUF dur, Sauce cocktail (Huile de colza, eau, sucre, vinaigre d'alcool, jaune d'OEUF, concentré de tomate, MOUTARDE douce, sel, whisky, colorant: extrait de paprika)	Oeuf, moutarde	
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
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 Riz au thon - Entrée	B1184	Salade composée à base de riz, thon et légumes (tomates, poivrons, olives noires)	Riz, thon (POISSON), sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), tomate, poivron rouge, poivron vert, olive noire, vinaigre d'alcool, persil	Poisson, moutarde	Atlantique Nord-Est / Pacifique Nord-Est
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	
Potage de Légumes (scolaire)	B1284	Potage à base de légumes variés	eau, légumes variés, assaisonnement (LAIT), sel	Lait, gluten, céleri	

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
Parmentier de Légumes 		C1373	Mélange de légumes à la moutarde, purée de pommes de terre et chapelure au persil	Haricot rouge, fèves de SOJA, oignons, carottes, pommes de terre, CREME fraiche, concentré de tomates, poivrons rouges, LAIT, huile d'olive, ail, bouillon de légumes, persil, chapelure (GLUTEN), sel, moutarde de Dijon, thym, poivre, curcuma.	Soja, gluten, lait	
Steak Haché - Ketchup		C1614	Steak haché de boeuf précuit et ketchup en dosette	Steak haché de boeuf, ketchup en dosette		VBF
Sauté de Veau aux Olives		C1819	Sauté de veau, sauce tomate et olives	Sauté de Veau, eau, eau, sauce tomate aromatisée, vin blanc (SULFITES), oignons, brunoise provençale, jus de veau (GLUTEN, LAIT), olives vertes, huile d'olives, ail, sucre, poivre, herbes de Provence	gluten, sulfites, lait	UE
Filet de Poulet Sce Crème		C1830	Filet de poulet cuit accompagné d'une sauce préparée à base de crème	Filet de poulet rôti cuit, sauce crème (eau, vin blanc (SULFITES), oignons, brunoise de légumes (carottes, courgettes, poireaux, CELERI, navets, oignons), CREME (LAIT), sauce béchamel (LAIT), fond blanc de volaille (GLUTEN, LAIT), huile de tournesol, ail)	Sulfites, lait, gluten, céleri	UE
Boulettes Végétales Sce Orientale 		C1864	Préparation à base de prot. de soja, de tomates et de basilic, sauce tomate aux épices orientales	Boulettes végétales (eau, protéines de SOJA déshydratées, huiles végétales (tournesol, colza), tomate double concentré, tomates, sauce tomate, oignons, basilic, sucre, sel), sauce orientale (eau, sauce tomate aromatisée, oignons, brunoise provençale, jus de citron (SULFITES), sauce blanche (LAIT), huile d'olive, ail, épices marocaines, épices)	Lait, sulfites, soja	
Omelette Nature BIO 		C2019	Omelette bio	Œuf entier bio, LAIT écrémé bio, sel	Œuf, lait	
Dés de Colin MSC crème de Poireaux 		C2095	Dés de colin d'Alaska MSC, sauce à base de poireaux à la crème	Dés de COLIN MSC, Sauce (Eau, émincé de poireaux à la CREME (LAIT), vin blanc (SULFITES), CREME (LAIT), sauce blanche (LAIT), échalote, fumet de POISSON (POISSON, GLUTEN), vinaigre blanc, ail.	Poisson, lait, gluten, sulfites	
Jambon Blanc *		C2588	Jambon de porc cuit	Jambon blanc		UE
Pennes sauce végétale à la tomate 		C2698	Pennes accompagnés d'une sauce tomate à base d'égréné de soja	Penne (Penne GLUTEN), matière grasse végétal, sel), sauce bolognaise (Egréné de SOJA, sauce tomates aux plantes aromatiques, eau, oignon, brunoise de légumes (carottes, courgettes, CELERI, navets), huile de tournesol, ail, cumin)	Gluten, céleri, soja	0

Accompagnements	Brocolis	D1656	Fleurettes de brocolis cuites assaisonnées	Fleurettes de brocolis, huile de colza aromatisée, sel		
	Duo de Carottes	D1679	Mélange de carottes orange et jaune, assaisonnées	Mélange de carottes jaunes et oranges, 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		
	Pommes Vapeur Persillées	D1796	Pommes de terre cuites, assaisonnées d'huile et de persil	Pommes de terre cuites, huile de colza aromatisée, sel, persil		
	Riz Basmati	D1900	Riz basmati cuit assaisonné	Riz basmati, huile de colza aromatisée, sel		
	Boulgour	D1960	Boulgour assaisonné	BOULGOUR assaisonné, huile de colza aromatisée, sel	Gluten	
	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	
	Ratatouille BIO 	D2022	Ratatouille cuisinée	Tomates Bio, courgettes Bio, aubergines Bio, eau, oignons Bio, poivrons jaunes Bio, poivrons rouges Bio, huile d'olive Bio, purée de tomates Bio, concentré de tomates Bio, sel, sucre Bio, ail Bio, thym bio, amidon de riz, jus de carotte Bio, oignons Bio, échalotes Bio, poivre Bio.		
Desserts	Crêpe au Sucre	G2122	Crêpe au lait entier saupoudrée de sucre	LAIT entier, farine de BLE (GLUTEN), sucre, OEUFS, huile de colza, sel, arôme.		
	Lingot Pommes & Amandes	G2148	Gâteau aux pommes, parsemé d'amandes effilées et grillées	Pommes, sucre, huile de colza, OEUF entier, farine de BLE (GLUTEN), eau, amidon de BLE (GLUTEN), sirop de glucose fructose, AMANDES, LAIT écrémé, sel, arômes.		