

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE



SEMAINE DU :

lundi 16 juin 2025



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

Mardi, jeudi et vendredi plat végétarien

EGALIM GEMRCN

LUNDI



Salade de lentilles BIO
Steak Haché BIO - Ketchup
Potatoes
Emmental BIO
Arlequin de fruits BIO

MARDI



Macédoine Mayonnaise BIO
Poulet Rôti au Jus
Pommes Vapeur BIO Persillées
Petit Suisse Nature BIO
Nectarine

MERCREDI



Radis - Beurre
Sauté de boeuf paprika
Haricots Beurre
Yaourt Nature BIO (IDF)
Ananas au Sirop

JEUDI



Tomates BIO Nature
Saucisse de francfort*
Coquillettes BIO
Fromage Blanc BIO
Tarte aux Pommes Normande

VENREDI



Melon Type Charentais
Paëlla (plat complet)
(Plat Complet)
Edam BIO
Banane

(*) plat contenant du porc



Menu Liberté

Semaine du 16 au 20 juin 2025



Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

Nom du produit		Code	Dénomination légale	Composition		Allergènes	Origine des viandes
Entrées	1/2 Pomelos au sucre	B1002	Demi pomelos et sachet de sucre	Demi pomelos, sucre en dosette			
	Melon Type Charentais	B1005	Melon	Melon			
	Céleri Remoulade	B1015	Salade à base de céleri frais, assaisonnée	CELERI frais râpé, assaisonnement (OEUFs), MOUTARDE, sel.		Céleri, moutarde, oeuf	
	Salade de quinoa printanier	B1049	Préparation à base de lait et de gouda	Quinoa, vinaigrette (huile de tournesol, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, amidon de pomme de terre, épices), POIS chiche, carotte, fève de SOJA, tomates séchées (huile, tomate séchées, vinaigre d'alcool, ail, sucre, sel, origan, basilic, thym), graines de sésame, huile d'olive, vinaigre d'alcool, sel, ciboulette		Soja, moutarde, sésame, sulfites	
	Salade de PDT Bio ciboulette	B1098	'Cubes de pommes de terres biologiques assaisonnées à la ciboulette	Pommes de terre cubes Bio, vinaigrette bio (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, MOUTARDE, sel, poivre blanc), sel, ciboulette		Moutarde	
	Macédoine Mayonnaise BIO	B1105	Salade à base de macédoine et de mayonnaise bio	Macédoine bio (carottes bio, navets bio, petits pois bio, haricots verts bio, flageolets bio, sel marin), mayonnaise bio (Huile de tournesol (France), eau, vinaigre d'alcool, jaune d'OEUF (France), amidon, sel, sucre, jus de citron, arôme naturel de MOUTARDE), sel, poivre		oeuf, moutarde	
	Radis - Beurre	B1109	Radis avec une portion de beurre	Radis, portion de BEURRE (LAIT)		Lait	
	Salade de Légumes Bulgare (Sce Yaourt)	B1124	Carottes et concombres frais en cubes, accompagnés d'une sauce bulgare au yaourt	Concombre frais cube, carotte cube cuite, assaisonnement (mayonnaise (OEUF, MOUTARDE), fromage blanc (LAIT)), eau, aneth, ciboulette, sel.		Lait, oeuf, moutarde	

	Crousti fromage BIO		C1395	Panê de fromage à l'emmental et fromage blanc BIO enrobé d'un chapelure BIO	Emmental (LAIT), FROMAGE blanc, chapelure (GLUTEN), farine de blé (GLUTEN), huile de colza, pomme de terre, LAIT écrémé, amidon de BLE, blanc d'ŒUF, sel	Lait, gluten, œuf	
	Burger Végétal BIO - Ketchup		C1399	Burger à base de soja biologique français et sa sauce ketchup	Protéine de SOJA (Origine France), eau, fécule de pomme de terre, huile de tournesol, sauce SOJA (SOJA, GLUTEN), huile de coco, psyllium blond, blanc d'ŒUF, BEURRE clarifié, betterave en poudre, levure, sel, poivre, ketchup	soja, gluten, œuf, lait	
	Paella (plat complet)		C1481	Mélange de riz jaune et de légumes au poisson, fruits de mer et poulet, assaisonné	RIZ à paella (RIZ), POIVRONS rouges, PETIT POIS, MOULLES, COLIN (POISSON), Tomates, Filet de poulet, Haricots plats, CREVETTES, Concentré de tomates, Basilic, Huile de colza, Thym, Beurre, Huile d'olive, Bouillon de POISSON, Curcuma, haut de cuisse de poulet, CREVETTE (SULFITES), pepperoni (Viande (dinde, bœuf), graisse de bœuf, Protéines de SOJA, sel, MOUTARDE - extrait d'olives naturelles)	Poisson, mollusques, crustacés, céleri, moutarde, lait, sulfites, soja	UE/AmSud/AU/Air
	Saucisse de Francfort VPF		C1587	Préparation de viande et gras de porc assaisonnés et poussée dans un boya collagène jaune orange	Viande de porc, eau, gras de porc, sel, fibre de carotte, plasma de porc, arômes naturels, épices, boya coloré, FUMAGE AU BOIS DE HÊTRE ou Viande de porc, eau, gras de porc, sel, LAIT, SOJA, épices et plantes aromatiques, sang de porc, arômes, Enveloppe	Lait, soja	FR
	Steak Haché BIO - Ketchup		C1884	Steak haché issu de l'agriculture biologique et ketchup en dosette	Steak haché BIO (viande bovine issue de l'agriculture biologique), ketchup en dosette (purée de tomates, sucre, vinaigre, sel, arômes)		FR
	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 Poisson MSC Tomate & Mozzarella		C2427	Filet de poisson blanc MSC à la sauce tomate et à la mozzarella	POISSON blanc MSC (Colin d'Alaska ou Hoki), coulis de tomate, eau, MOZZARELLA (LAIT), concentré de tomates, huile de colza, farine de BLE, GRANA PADANO (ŒUF), condiment balsamique blanc (SULFITES), sucre, sel, arôme (LAIT, GLUTEN), origan, ail	Poisson, gluten, œuf, lait, sulfites	
	Cubes de Colin MSC Ste 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 bechamel (LAIT), farine de riz, CREME, jus de citron (SULFITES), fumet de POISSON (POISSON), échalote, épices (paprika, poivre, safran))	Poisson, lait, sulfites	
	Boulgour aux légumes Cuisinés (plat complet)		C2652	Poêlée de légumes et boulgour cuite enrobée d'une sauce	Légumes (choux-fleurs, carottes, épinard, pois chiche, lentilles vertes, poivrons rouges), eau, BOULGOUR (eau, BLE (GLUTEN) dur), lait de noix de coco, épices (Coriandre, cumin, curcuma, gingembre, cardamome, anis, fenouil, canelle), oignons grillés, concentré de tomates, ail, CREME (LAIT), sel, huile végétale de colza, champignons.	Lait, gluten	0
	Sauté de bœuf paprika		C2761	Sauté de bœuf avec une sauce au paprika	sauté de bœuf, sce paprika (eau, vin rouge (SULFITES), sauce tomate aromatisée, oignons, poivrons verts et rouges, CREME, sauce blanche (LAIT)), jus de veau, ail, paprika doux)	sulfites, lait	FR

Accompagnements	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 Rissolées CL2	D1789	Pommes de terre coupées en cube, rissolées	pomme de terre, huile de tournesol		
	Potatoes	D1799	Pommes de terre avec peau coupées en quartiers assaisonnées et pré-frites	Pommes de terre, huile de tournesol, enrobage (farine de BLE (GLUTEN), sel, poudre d'ail, poudre d'oignon, arôme paprika	Gluten	
	Riz aux petits Légumes	D1813	Mélange de riz et de petits légumes en brunoise, assaisonné	Riz long grain, brunoise de légumes (carottes, courgettes, CELERI, navets ou carottes, poireaux, CELERIS, navets, oignons), huile de colza aromatisée, sel	Céleri	
	Trio de Legumes 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)		
	Coquillettes BIO	D2081	Pâtes cuites bio assaisonnées	Coquillettes bio (semoule de BLE dur biologique, eau, huile de tournesol biologique, sel), huile de colza aromatisée, sel	Gluten	
	Pommes vapeur Bio persillées	D2150	Pommes de terre issues de l'agriculture biologique assaisonnées au persil	Pommes de terre quartiers bio, matière grasse végétale, persil, sel,		
	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	
	Brownie	G2043	Gâteau au chocolat et noix de pecan	Chocolat (Pâte de cacao, sucre, SOJA), sucre, OEUFs entiers, farine de BLE, BEURRE, huile de colza, NOIX DE PECAN	Soja, lait, gluten, oeuf, fruit à coque	
Desserts						