

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE



SEMAINE DU : **lundi 25 septembre 2023**



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

Menu GEMRCN

LUNDI



Salade coleslaw
Pané de blé Tomate & Mozzarella
penne
Saint-Môret
Moelleux au Sucre Perlé

Taboulé bio
Sauté de dinde Sauce aux champignons
Carottes BIO
Kiri bio
Petit Suisse aux Fruits BIO (dessert)

MARDI



Chou rouge bio
Tortellini Epinards Ricotta
(plat complet)
Fromage Frais Fouetté (laitage)
Flan Nappé Caramel BIO

Salade de Riz au thon - Entrée
Steak Haché - Ketchup
Haricots Verts BIO
Chanteneige BIO
Poire BIO

MERCREDI



Oeuf Dur Mayonnaise
Sauté de Porc* Charcutière
Pommes Vapeur Persillées
Yaourt Nature BIO
banane BIO

JEUDI



Salade Verte
Omelette Nature BIO
Duo de Courgettes
Saint Nectaire AOP
Fromage Blanc aux Fruits

Melon Jaune
MACARONI AND CHEESE
(plat complet)
Saint-môret Bio
Yaourt aromatisé BIO (IDF)

VENDESDI



Salade de Légumes Bulgare (Sce Yaourt)
Filet de Hoki Sauce Hollaoudaise
Gratin de Chou Fleur & PDT
Fol Epi
Crème Dessert Chocolat BIO

Pâté de Campagne* - Cornichon
Filet de Hoki Sce Hollandaise
Purée Crécy
Rondelé Nature BIO
Kiwi

(*) plat contenant du porc

Menu Liberté

Semaine du 25 au 29 septembre 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
Oeuf dur mayonnaise	B1001	Oeuf dur mayonnaise	OEUF dur, mayonnaise (MOUTARDE, SULFITES)	Ceuf, moutarde, sulfites	
Melon Jaune	B1082	Melon jaune	Melon jaune		
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, féculé de pomme de terre, sel, protéines végétales (SOJA), épices et plantes aromatiques, arômes naturels) Cornichons (MOUTARDE)	moutarde, soja	FR
Chou rouge bio 	B1097	Chou rouge bio râpés assaisonnement maison	Chou rouge Bio, vinaigrette maison (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, moutarde (MOUTARDE), sel, poivre blanc)	Moutarde, sulfites	
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, fromage blanc (LAIT)), eau, aneth, ciboulette, sel.	Lait, 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, épices), carotte fraîche râpée, sucre, CREME liquide (LAIT), oignon, sel	Céleri, moutarde, œuf, lait	
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
Salade Verte	B1196	Mélange de salades vertes	Mélange de salades vertes		
Taboulé BIO 	B1362	Salade bio à base de semoule de blé, de légumes, de menthe et d'une vinaigrette	Semoule de BLE (GLUTEN) bio, eau, tomate, concombre bio, huile d'olive, jus de citron, menthe, sel.	Gluten (blé)	
Céleri Rémoulade BIO 	B1489	Céleri rave râpé issu de l'agriculture biologique, sauce maison à base de mayonnaise biologique	CELERI rave bio, mayonnaise bio (MOUTARDE, CEUF), vinaigrette maison (eau, huile de tournesol, vinaigre d'alcool coloré, MOUTARDE (SULFITES), sel, poivre blanc), jus de citron, MOUTARDE (SULFITES), sel, poivre blanc	Céleri, œuf, moutarde, sulfites	

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
MAC AND CHEESE	C1384	Coquillettes accompagnés d'une sauce crémeuse au fromage	Coquillettes (GLUTEN), Sauce (Eau, CREME (LAIT), sauce blanche, sel, poivre concassé), CHEDDAR (LAIT).	Gluten, lait	
Sauté de dinde Sauce aux champignons	C1593	Sauté de dinde accompagné d'une sauce aux champignons	Sauté de dinde, Sauce champignons (eau, vin blanc (SULFITES), oignon, velouté de champignons (LAIT), CREME, sauce blanche (LAIT), champignons de Paris, champignons forestiers, fond blanc de volaille (GLUTEN, LAIT, CELERI), jus de veau (GLUTEN, LAIT), huile de tournesol, persil, poivre)	Sulfites, céleri, lait, gluten	UE
Steak Haché - Ketchup	C1614	Steak haché de boeuf précuit et ketchup en dosette	Steak haché de boeuf, ketchup en dosette		VBF
Omelette Nature BIO 	C2019	Omelette bio	Œuf entier bio, LAIT écrémé bio, sel	Œuf, lait	
Sauté de Porc Charcutière	C2080	Sauté de porc, sauce tomatée aux cornichons	Sauté de porc (viande de porc, sel, arômes naturels, coriandre, oignon, poivre), sauce charcutière (eau, vin blanc (SULFITES), oignons, roux (GLUTEN), cornichons (MOUTARDE, SULFITES), jus de veau (GLUTEN, LAIT), huile de tournesol, concentré de tomate, vinaigre d'alcool, poivre, persil)	Gluten, sulfites, moutarde, lait	FR
Nuggets Végétales	C2569	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	0
Pané de blé Tomate & Mozzarella	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
Tortellini Epinards Ricotta	C2695	Une pâte précuite à la semoule de blé dur et aux oeufs et une farce à base d'épinard, de fromage et de ricotta.	Eau, semoule de BLE dur, épinards, farine de FROMENT, RICOTTA (LAIT), FROMAGE (LAIT), OEUF, sel de cuisine, persil, amidon de pomme de terre, poivre.	Gluten, œuf, lait	0
Filet de Hoki Sce Hollandaise 	C2882	Filet de hoki MSC avec une sauce pour crémée au citron	Filet de HOKI MSC (POISSON), Sauce (eau, vin blanc (SULFITES), sauce blanche (LAIT), CREME, échalote, préparation hollandaise (LAIT, OEUF, CELERI), jus de citron (SULFITES), fumet de POISSON (POISSON, GLUTEN), épices (paprika, poivre, safran))	sulfites, poisson, lait, œuf, céleri, gluten	FR

Accompagnements	Carottes BIO 	D1678	Carottes cuites bio	Carottes cuites bio, huile de colza aromatisée, sel		
	Duo de Courgettes	D1682	Mélange de courgettes jaunes et vertes assaisonnées	Duo de courgettes (courgettes vertes et jaunes), 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		
	Penne	D1756	Pennes cuites assaisonnées	Pennes cuites (GLUTEN), huile de colza aromatisée, sel	Gluten	
	Pommes Vapeur Persillées	D1796	Pommes de terre cuites, assaisonnée d'huile et de persil	Pommes de terre cuites, huile de colza aromatisée, sel, persil		
	Purée Crécy	D1926	Purée de carotte et de pomme de terre au lait	Eau, purée de carottes, purée de pomme de terre (pommes de terre, LAIT entier, arôme naturel goût BEURRE, épice, arôme naturel), huile de colza aromatisée, sel	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	
	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	Eclair Parfum Vanille	G2053	Pâte à choux aux oeufs frais garnie de crème pâtissière vanille et glacée par une pâte à glacer parfumée à la vanille	sucre, OEUFS frais, farine de BLE, huiles végétales (colza, tournesol), lactose et protéines de LAIT, amidon de maïs, LAIT entier, CREME, beurre de cacao, gélifiants : carraghénanes, pectines, LAIT écrémé, arôme naturel de vanille, sel, BEURRE, émulsifiant, lécithine de SOJA, grains de vanille épuisés	Œuf, lait, soja, gluten	
	Crème Dessert Chocolat Bio	G2246	Crème dessert au chocolat au lait issue de l'agriculture biologique	LAIT entier*, sucre de canne*, cacao maigre en poudre*, amidon*, chocolat au LAIT* 2% (sucre de canne*, beurre de cacao*, poudre de LAIT entier*, pâte de cacao*), épaississant : E407, poudre de LAIT écrémé*. * Ingrédients issus de l'agriculture biologique	Lait	
	Fian Nappé Caramel BIO	G2300	Dessert nappé de caramel au lait de vache issu de l'agriculture biologique	LAIT entier 79.8%, caramel 11%, sucre de canne, LAIT écrémé en poudre, arôme naturel de vanille, gélifiants: E407, E410, E415, E440.	Lait	