

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU :

lundi 29 avril 2024



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

Jeudi Repas Américain

Menu GEMRCN

L
U
N
D
I



Crêpe aux Champignons - Entrée

Salade Printanière

Raviolis aux légumes

Boulettes au Boeuf Sauce Provencale

(plat complet)

Riz basmati

chèvretine

Saint-paulin Bio

Crème dessert Chocolat BIO

Flan Vanille BIO



M
A
R
D
I



Macédoine Mayonnaise

Salade Camarguaise (entrée) - Riz/surimi

Omelette Nature

Sauté de Porc Marengo*

Gratin de Courgettes

Duo de Carottes

chèvretine

Edam BIO

Yaourt aux fruits

Pomme BIO



M
E
R
C
R
E
D
I



FERIE

FERIE



J
E
D
I



salade Coleslaw BIO

Salade de Lentilles Vinaigrette

Cheese Burger

Filet de Poulet Basquaise

Frites BIO

Frites BIO

Samos

Babybel

Moelleux Chocolat

Yaourt aromatisé BIO (IDF)



V
E
N
D
R
E
D
I



Salade Marco Polo (nouille, surimi)

Salade de Légumes Bulgare (Sce Yaourt)

Filet de Colin MSC Pané

Filet de Colin Pané

Ratatouille BIO

Fusillis BIO

Fromage Blanc BIO

Fromage Fondu

Kiwi

Mousse au chocolat



(*) plat contenant du porc



Menu Liberté

Semaine du 29 avril au 05 mai 2024



Ekilibre
RESTAURATION TRAITEUR

Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

	Nom du produit	Code	Dénomination légale	Composition	Allergènes	Origine des viandes
Entrées	Macédoine Mayonnaise	B1075	Salade à base de carottes, petits pois, haricots verts, navets, flageolets, assaisonnée	Macédoine de 5 légumes (carottes, petit pois, haricot vert, navets, flageolets), mayonnaise (huile de colza, eau, jaune d'OEUF, MOUTARDE (eau, graines de MOUTARDE, vinaigre, sel), vinaigre, poivre), MOUTARDE, vinaigre d'alcool, sel.	Moutarde, oeuf	
	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 Camarguaise (entrée) - Riz/surimi	B1126	Salade de riz au surimi, assaisonnée	Riz cuit, miettes de surimi (POISSON, GLUTEN), sauce vinaigrette (CRUSTACE, MOUTARDE), concombre cube, maïs, carotte cube cuite.	Poisson, gluten, crustacés, moutarde	0
	Salade de Lentilles Vinaigrette	B1144	Salade de lentilles vertes à la vinaigrette	Lentilles vertes, assaisonnement (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), huile d'olive, vinaigre d'alcool, échalote, ciboulette, sel.	Moutarde	
	Salade Marco Polo (nouille, surimi)	B1176	Salade à base de nouilles, surimi et poivron rouge, assaisonnée	Nouille savoisienne (BLE), assaisonnement (huile de colza, eau, vinaigre, jaune d'OEUF, sel, MOUTARDE), miettes de surimi (POISSON, CRUSTACE), poivron rouge, eau, ketchup (CELERI), vinaigre de xérès AOP (SULFITES), MOUTARDE, ciboulette, sel	Gluten, œuf, moutarde, poisson, crustacés, sulfites, céleri	
	Salade Printanière	B1191	Salade à base de carotte et céleri râpés, assaisonnée	Carotte râpée fraîche, CELERI râpé frais, assaisonnement (MOUTARDE), maïs, sel.	Céleri, moutarde	
	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	
	Crêpe aux Champignons - Entrée	B1443	Crêpe pliée en forme de demi lune, garnie d'une sauce aux champignons de Paris	Eau, farine de blé (GLUTEN), champignons de Paris, OEUFs frais, amidon de riz, lactose et protéine de lait (LAIT), huile de coprah, oignons, crème fraîche (LAIT), sel, bolets jaunes, cèpes, pholiotés, shiitakés, lactaires, huile de tournesol, poivre blanc.	Gluten (blé), œuf, lait	

Plats

Cheese Burger	C1294	Pain spécial graines de sésame garni de viande de bœuf/prot. de soja, sce et fromage fondu	Pain spécial aux graines de SESAME (farine de BLE, eau, levure, graines de SESAME, huile de colza, sel); préparation à base de viande de boeuf protéinée (viande de boeuf, SOJA, chapelure de BLE (GLUTEN), sel, arômes); sauce (eau, concentré de tomate, sucre, vinaigre d'alcool, cornichons, oignons, sel, oignons); fromage fondu (LAIT, OEUF)	Lait, soja, œuf, gluten, sésame, moutarde, sulfites	FR
Omelette Nature	C1466	Omelette salée pliée en 2, façon demi lune	ŒUF entier, LAIT écrémé, sel, poivre	Œuf, lait	
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
Sauté de Porc Marengo	C1669	Sauté de porc, sauce mijotée au vin et légumes	Sauté de porc, 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, Lait, sulfites	FR
Boulettes au Boeuf Sauce Provencale	C1735	Boulette au bœuf et prot. Soja avec une sauce tomatée aux petits légumes	Boulettes au bœuf (viande bovine, SOJA, eau, gras de bovin, chapelure (GLUTEN), tomate, arômes, plante aromatique, sel), sauce provençale (sauce tomate aromatisée, eau, mélange de légumes méditerranéen (courgettes vertes, aubergines, poivrons rouges), oignons, brunisse provençale (courgettes, poivrons jaunes et rouges) Boulette au bœuf et prot. Soja avec une sauce tomatée aux petits légumes	Gluten, soja	FR
Raviolis aux Légumes	C2033	Raviolis farcis aux légumes saupoudrés de fromage râpé	Raviolis aux légumes (eau, ravioli (semoule de BLE dur, eau, épinards, chapelure (farine de BLE, sel, levure), huile de colza, carottes, sel, oignons, poudre d'ail, basilic) triple concentré de tomate, courgettes, aubergines, poivrons, amidon de maïs, huile de colza, farine de BLE, arômes naturels dont CELERI), EMMENTAL râpé	Gluten, céleri, lait	
Filet de Poulet Basquaise	C2182	Filet de poulet et sa sauce tomatée aux poivrons	Filet de poulet, sauce basquaise (Eau, poivrons, oignons, sauce tomate, ail, huile d'olive, piment d'Espelette)		UE/Ukr
Filet de Colin MSC Pané	C2556	Moulé de filets de colin d'Alaska MSC, pané, sans arêtes	Moulé de filets de COLIN d'Alaska MSC, panure (chapelure (GLUTEN), enrobant (eau, farine de BLE, farine de riz, sel), huiles végétales (tournesol, colza))	Poisson, gluten	0

Accompagnements

Duo de Carottes		D1679	Mélange de carottes orange et jaune, assaisonnées	Mélange de carottes jaunes et oranges, huile de colza aromatisée, sel		
Frites BIO 		D1708	Frites BIO pré-frites	Pomme de terre bio, huile de tournesol bio		
Riz Creole		D1818	Riz long grain cuit assaisonné	Riz, huile de colza aromatisée, sel		
Riz Basmati		D1900	Riz basmati cuit assaisonné	Riz basmati, huile de colza aromatisée, sel		
Gratin de Courgettes		D1909	Mélange de courgettes, tomates et mozzarella, assaisonnées et gratinées	Légumes assaisonnés (Courgettes, tomates, LAIT écrémé, oignons frits, MOZZARELLA (LAIT), CREME (LAIT), EMMENTAL (LAIT), huile d'olive ail), courgettes.	Gluten, lait	
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		
Fusillis Bio 		D2207	Pâtes en spirales assaisonnés	100% semoule de BLÉ dur issu de l'agriculture biologique, huile de colza aromatisée, sel	Gluten	