

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE

SEMAINE DU :

lundi 04 mars 2024



Liberté

Menu du Jour 1

Menu du Jour 2

Menu GEMRCN

LUNDI



Radis - Beurre
Nuggets de Blé Croustillant
Duo de Carottes
Carré Fondu Calcium
Moelleux au Sucre Perlé

Carottes Râpées bio
Sauté de Veau aux Olives
Boulgour
Camembert BIO
compote de Pomme BIO

MARDI



Salade du Pêcheur - Entrée
Crousti fromage
Gratin de Pommes de Terre
Coulommiers à la Coupe
Yaourt à Boire (dessert)

Betteraves Bio
Haut de Cuisse de Poulet
Riz Camarguais
Cantal AOP
Pomme BIO

MERCREDI



Taboulé BIO
Pavé de Colin Jardinière
Pommes Rissolées
Yaourt Nature BIO (IDF)
Crêpe Moelleuse Sucrée BIO

JEUDI



Salade verte
Parmentier de Légumes (plat complet)
(plat complet)
Fromage Blanc Saveur Vanille
Poire

Potage BIO
Steak Haché au Jus
Courgettes BIO
Ortolan BIO
Yaourt aromatisé BIO (IDF)

VENDEDI



Salade de Maïs
Cubes de Colin d'Alaska beurre Blanc
Haricots Panaches
Chanteneige bio
Fromage Blanc Aux Fruits

Duo de Crudités
Cubes de Colin d'Alaska Beurre Blanc
Pommes Vapeur Persillées
Port Salut
Banane BIO

(*) plat contenant du porc



Menu Liberté

Semaine du 04 au 08 mars 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	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	
	Radis - Beurre	B1109	Radis avec une portion de beurre	Radis, portion de BEURRE (LAIT)	Lait	
	Carottes Râpées BIO 	B1139	Salade de carottes râpées biologiques, vinaigrette maison	Carottes râpées bio, sauce vinaigrette (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, moutarde (MOUTARDE), sel, poivre blanc)	Moutarde	0
	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 du Pêcheur - Entrée	B1166	Salade à base de pommes de terre et thon, assaisonnée	Pomme de terre cube cuite, sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), thon (POISSONS), oignons, eau, olive noire rondelle, cornichon, persil, sel, aneth.	Moutarde, poisson	
	Salade Verte	B1196	Mélange de salades vertes	Mélange de salades vertes		
	Saucisson Panaché - Cornichon	B1204	Saucisson sec pur porc et saucisson à l'ail, accompagnés de cornichon	Saucisson sec pur porc, saucisson cuit à l'ail, Cornichon	Lait, soja, gluten (blé), sulfites, moutarde	Porc: UE
	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 BIO 	B1270	Velouté de légumes Bio	Légumes bio (carottes bio, pommes de terre bio, oignons bio, haricots verts bio, CELERI-rave bio, choux-fleurs bio, poireaux bio), eau, huile d'olive bio vierge extra, sel, thym bio, arôme naturel de poivre.	Céleri, gluten (blé)	
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)		

Plats

Crousti fromage	C1328	Pané de fromage à l'Emmental Français	FROMAGES (FROMAGE blanc, EMMENTAL fondu, FROMAGE fondu), chapelure (farine de BLE), EMMENTAL, farine de BLE, blanc d'OEUF, sel	Lait, gluten, œuf	0
Cordon Bleu de dinde	C1353	Viande de dinde reconstituée garnie (jambon cuit de dinde goût fumé/fromage fondu) panée	Viande de dinde (viande de dinde, peaux de volaille, eau, sel). Panure 25% (farine de BLÉ, eau, sel, levures, épices : paprika et curcuma). Jambon de dinde goût fumé. FROMAGE fondu (LAIT, eau, BEURRE, LAIT écrémé, sels, huile de tournesol)	Lait, gluten	UE
Parmentier de Légumes (plat complet)	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	
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
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 préfruits (oignons, huile de tournesol), arôme naturel (GLUTEN, CELERI)), enrobage (chapelure (GLUTEN), enrobant (eau, farine de BLE), huiles végétales (tournesol, colza))	Gluten, céleri	
Omelette Nature BIO 	C2019	Omelette bio	Œuf entier bio, LAIT écrémé bio, sel	Œuf, lait	
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 (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	
Pavé de Colin Jardinière 	C2200	Portion de filets de Colin d'Alaska MSC, découpées dans un bloc de filet, sans peau, sans arête, nappé d'une sauce aux légumes	Filets de COLIN D'ALASKA MSC, Légumes (Navets, Courgettes, Carottes, Poireaux, Oignons), LAIT écrémé, FROMAGE EDAM, Eau, CREME fraîche, Huile de tournesol, Amidon de maïs, Sel, Sucre, Amidon de pomme de terre, Arôme (CELERI), Extrait de levure, Vin blanc, Epices (Ail en poudre, Curcuma, Poivre blanc, Noix de muscade), Jus de citron, caramel, LACTOSERUM.	Poisson, lait, céleri	
Haut de Cuisse de Poulet	C2259	Haut de cuisse de poulet rôti cuit	haut de cuisse de poulet		UE
Cubes de Colin d'Alaska Beurre Blanc 	C2837	Cubes de Colin D'Alaska MSC Accompagnée D'une Sauce Beurre Blanc	Cube de Colin MSC, Sauce Beurre Blanc (Eau, Vin Blanc (SULFITES), oignons, brunoise de légumes, CREME (LAIT), sauce blanche (LAIT), fumet de poisson (POISSON, GLUTEN), ail, huile de tournesol)	Poisson, Gluten, Lait, Sulfites	

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 Panaches	D1721	Haricots verts et beurres cuits, assaisonnés	Haricots verts et haricots beurres, huile de colza aromatisée, sel		
	Pommes Rissolées	D1789	Pommes de terre coupées en cube, rissolées	potimorhe, huile de tournesol		
	Pommes Vapeur Persillées	D1796	Pommes de terre cuites, assaisonnées d'huile et de persil	Pommes de terre cuites, huile de colza aromatisée, sel, persil		
	Gratin de Pommes de Terre	D1811	Préparation cuite à base de pommes de terre, crème et fromage	Préparation gratin dauphinois (pommes de terre pré-frites, eau, CREME, FROMAGES, CREME, arômes naturels, huile végétale de colza, sel, épices, huile végétale d'ail), emmental râpé	Lait	
	Courgettes BIO 	D1877	Courgettes bio assaisonnées	Courgettes bio, huile de colza aromatisée, sel		
Desserts	Crêpe Moelleuse Sucrée BIO 	G2173	Crêpe moelleuse sucrée biologique	LAIT frais entier*, OEUFs entiers*, farine de froment(GLUTEN)*, sucre de canne*, huile de colza* huile de tournesol*.	Lait, œuf, gluten	