

# Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE



SEMAINE DU : LUNDI 22 AU VENDREDI 26 SEPTEMBRE 2025



LUNDI

Sauté de dinde sauce aux champignons  
Riz Aux Petits Légumes  
Kiri bio  
Petit Suisse aux Fruits BIO (dessert)

MARDI

Filet de colin sauce meunière  
Plat de pâtes et haricots verts persillés  
Chanteneige BIO  
Poire

JEUDI

Melon Jaune  
Coquillettes and cheese  
(plat complet)  
Tarte aux pommes

VENDREDI

Nuggets de blé croustillants  
Gratin d'Epinards et de PDT  
Emmental en portion  
Kiwi

(\*) plat contenant du porc



# Menu Liberté

Semaine du 22 au 28 septembre 2025



**Ekilibre**  
RESTAURATION TRAITEUR

Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

|                | Nom du produit   | Code  | Dénomination légale   | Composition  | Allergènes                       | Origine des viandes |
|----------------|--|-------|---|--|----------------------------------|---------------------|
| <b>Entrées</b> | Oeuf dur mayonnaise  | B1001 | Oeuf dur mayonnaise   | OEUF dur, mayonnaise (MOUTARDE, SULFITES)  | Œuf, moutarde, sulfites          |                     |
|                | Melon Jaune  | B1082 | Melon jaune   | Melon jaune  |                                  |                     |
|                | Pâté de Campagne (VPF) CE2 - 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 (ŒUF, MOUTARDE), 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'ŒUF, sel, sucre, épices), carotte fraîche râpée, sucre, CREME épaisse (LAIT), oignon, sel  | 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, sucre, épices), tomate, maïs, poivron rouge, poivron vert, olive noire, vinaigre d'alcool, persil, sel                          | Poisson, moutarde                |                     |
|                | 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, sulfites                 |                     |
|                | 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, ŒUF), vinaigrette maison (eau, huile de tournesol, vinaigre d'alcool coloré, MOUTARDE (SULFITES), sel, poivre blanc), jus de citron, MOUTARDE (SULFITES), sel, poivre blanc         | Céleri, oeuf, moutarde, sulfites |                     |

**Plats**

|  |   |       |  |  |                                      |    |
|--|---|-------|--|--|--------------------------------------|----|
| Crousti fromage                                |   | C1328 | Pané de fromage à l'Emmental Français  | Fromages (LAIT) (fromage blanc, emmental, fromage à pâte molle, mozzarella), farine de BLE, eau, féculé de manioc, huile de coprah, blanc d'OEUF, sel, levure.   | Lait, gluten, œuf                    | 0  |
| Cordon Bleu de dinde (VF)                      |  | C1353 | Viande de dinde reconstituée garnie (jambon cuit de dinde goût fumé/fromage fondu) panée | Viande de dinde et de poulet (FR), eau, sel, fibre de bambou et de BLE, arôme naturel, extrait d'épices, chapelure (farine de BLE, sel), FROMAGE fondu (FROMAGES, eau, BEURRE, amidon, LAIT), jambon cuit de dinde (dinde, protéines de SOJA, sel, Huile de friture : huile de colza | Lait, gluten, soja                   | FR |
| Filet de colin MSC sauce citron                |  | C1371 | Filet de colin MSC accompagné d'une sauce citronnée                                      | Filet de COLIN, sauce citron (eau, vin blanc (SULFITES), sauce béchamel (LAIT, GLUTEN), farine de riz, CREME, jus de citron, fumet de POISSON, échalote, épices paella   | Poisson, sulfites, lait, gluten      |    |
| Coquillettes and cheese (plat complet)         |   | C1384 | Coquillettes accompagnés d'une sauce crémeuse au fromage                                 | Coquillettes (GLUTEN), Sauce (Eau, CREME (LAIT), sauce blanche, sel, poivre concassé), CHEDDAR (LAIT).   | Gluten, lait                         |    |
| Dahl de Lentilles Corail et Riz (plat complet) |   | C1392 | Lentilles corail et de légumes, au lait de coco et épices sur lit de riz                 | Lentille corail, tomate, eau, épinard, oignon frit ( huile de tournesol), lait de noix de coco (LAIT), ail, citronnelle, sel, jus de citron , huile de colza, cumin, coriandre moulue, curcuma, riz  | Lait                                 |    |
| Omelette Nature                                |   | C1466 | Omelette salée pliée en 2, façon demi lune   | ŒUF entier, LAIT écrémé, sel, poivre   | Œuf, 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, GLUTEN), champignons de Paris, champignons forestiers, fond blanc de volaille, huile de tournesol, poivre)  | Sulfites, lait, gluten               | UE |
| Sauté de Porc (VPF) 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, cornichons (MOUTARDE, SULFITES), jus de veau, huile de tournesol, concentré de tomate, vinaigre d'alcool, sel, poivre, paprika)        | sulfites, moutarde                   | FR |
| Filet de Colin d'Alaska MSC Sauce Hollandaise  |  | C2135 | Filet de colin d'Alaska MSC accompagné d'une sauce crémée et jus de citron               | Filet de colin d'Alaska MSC, eau, vin blanc (SULFITES), sauce blanche (LAIT, GLUTEN), CREME, échalote, préparation hollandaise (LAIT, OEUF), jus de citron (SULFITES), fumet de POISSON (POISSON), épices (paprika, poivre, safran)  | Sulfites, poisson, lait, œuf, gluten |    |
| Nuggets de blé croustillants                   |   | C2569 | Préparation à base de protéines végétales panée cuite                                    | Eau, protéine de BLE, farine de BLE, protéines de pois, oignons, huiles végétales (tournesol, colza), sel, chapelure (farine de BLE, levure, sel).   | Gluten                               | 0  |

|                 |  |       |   |  |                          |  |
|-----------------|--|-------|---|--|--------------------------|--|
| Accompagnements | Duo de Courgettes  | D1682 | Mélange de courgettes jaunes et vertes assaisonnées   | Duo de courgettes (courgettes vertes et jaunes), huile de colza aromatisée, sel.   |                          |  |
|                 | Haricots Plats CE2  | D1723 | Haricots plats coupés cuits assaisonnés   | Haricots plats, huile de colza aromatisée, sel   |                          |  |
|                 | Petits Pois CE2     | D1759 | Petits pois assaisonnés   | Petits pois, huile de colza aromatisée, sel  |                          |  |
|                 | Pommes Vapeur Persillées   | D1796 | Pommes de terre cuite, assaisonnée d'huile et de persil   | Pommes de terre cuites, huile de colza aromatisée, sel, persil   |                          |  |
|                 | 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                   |  |
|                 | 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 (tomates bio, acide citrique), concentré de tomates bio, sel, sucre bio, ail bio, thym bio, amidon de riz, jus                                      |                          |  |
|                 | Gratin d'Épinards et de PDT  | D2046 | Préparation de pomme de terre, légumes, crème et fromage  | Pommes de terre, épinards, eau, CREME, EMMENTAL, oignons pré-frits, béchamel (LAIT), OEUF, sel, aromate  | Lait, œuf                |  |
|                 | Carottes BIO Vichy  | D2139 | Carottes bio assaisonnée  | Carottes bio, huile de colza aromatisée, sel   |                          |  |
|                 |  |       |   |  |                          |  |
| Desserts        | Eclair chocolat  | G1971 | Pâte à choux aux oeufs frais garnie de crème pâtissière chocolatée et glacée par une pâte à glacer parfumée au chocolat | Eau, sucre, OEUFs frais, farine de BLE (GLUTEN), huile de colza, pâte de cacao, lactose et protéines de LAIT, amidon de maïs, cacao maigre, CREME, fibre de racine de chicorée (inuline), gélifiant : carraghénanes, LAIT écrémé, beurre de cacao, LAIT entier, sel, émulsifiant : lécithine de SOJA | Gluten, oeuf, lait, soja |  |
|                 | Tarte aux Pommes   | G2177 | Fond de pâte sucrée garnie d'une compote de pommes recouverte de lamelles de pommes fraîches                            | Pommes, farine de BLE, sucre, huile de palme, eau, sirop de glucose, sel.  | Gluten                   |  |