

# Menu Liberté



Semaine du 10 au 14 janvier 2022



**Ekilibre**  
RESTAURATION TRAITEUR


Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

## Entrées

Nom du produit	Code	Dénomination légale	Composition	Allergènes	Origine des viandes
Chou Rouge Vinaigrette	B1102	Salade de chou rouge à la vinaigrette	Chou rouge frais râpé, huile de colza, vinaigre de cidre (SULFITES), sucre, sel, extrait de poivre.	Moutarde, sulfites	
Crêpe au Fromage	B1035	Crêpe pliée en forme de demi-lune, garnie d'une sauce au fromage	Pâte (eau, farine de BLE, OEUFs frais, préparation alimentaire (LAIT, OEUF), huile de tournesol, sel), garniture (eau, farine de BLE, huile de tournesol, préparation alimentaire (LAIT, OEUF), FROMAGE (FROMAGE, EMMENTAL), sel, poivre blanc, muscade)	Gluten, oeuf, lait	
Duo de Crudités (carotte, céleri)	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	
Emincé de Radis - Vgt Maison 	B1198	Emincé de radis sauce vinaigrette	Radis rondelle, sauce vinaigrette	Moutarde, sulfites	
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	
Oeuf dur mayonnaise	B1001	Oeuf dur mayonnaise	OEUF dur, mayonnaise	Oeuf, 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)	
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 Grecque (concombre, feta)	B1281	Salade à base de concombre frais et dés de feta, assaisonnée	Concombre cube frais, dés de FETA, assaisonnement, tomate fraîche, poivrons vert et rouge, huile d'olive, olive noire rondelle, ail, échalote, menthe, sel.	Lait, moutarde	
Salade Napoli (pâtes, tomates) - Entrée	B1183	Salade à base de pâtes 3 couleurs, tomates et maïs, assaisonnée	Tortis 3 couleurs (nature, tomates, épinards) (GLUTEN, OEUF), tomate fraîche, assaisonnement, maïs, persil, ail, sel.	Gluten, oeuf, moutarde	

## Plats

Brandade de Morue	C1268	Préparation gratinée à base de purée de pomme de terre et de morue cuite	Pomme de terre en flocons réhydratés (eau, flocons de pomme de terre, morue, huile de colza, lait écrémé en poudre, oeuf entier, purée d'ail,	Poisson, lait, œuf	ELAB FR
Couscous	C1322	Mélange de légumes accompagnés de boulettes de viande, de merguez et de pilon de poulet	Légumes (navets, carottes, courgettes, pois chiches secs trempés, poivrons rouges et verts, garniture de CELERI, sauce), pilon de poulet, boulette (viande de dinde, SOJA, eau, viande et gras d'agneau, oignon, huile de tournesol, persil, épices (dont Raz-el-Hanout)), merguez (viande bovine, eau, gras de bovin, sel, épices, extrait d'épices et de paprika)	Céleri, soja, gluten	UE/HorsUE
Filet De Colin d'Alaska à la Crème	C1319	Filet de colin d'Alaska à la crème	Filet de COLIN d'Alaska, Sauce (Eau, vin blanc (SULFITES), oignons, brunoise de légumes (CELERI), sauce blanche (LAIT), CREME (LAIT), fumet de POISSON (POISSON, GLUTEN), ail, huile de tournesol.	Poisson, lait, gluten, céleri, sulfites	
Haut de Cuisse de Poulet	C2259	Haut de cuisse de poulet rôtis cuite	haut de cuisse de poulet		UE
Jambon Blanc Supérieur	C1426	Jambon cuit supérieur découenné dégraissé	Jambon de porc, eau, sel, bouillon de porc et légumes (eau, os, viande de porc, jus concentré d'oignon et carotte, légumes, arôme)	0	UE
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	
Raviolis au Tofu Sce Tomates Basilic BIO	C2255	Ravioli au tofu - basilic bio, cuisinés sauce végétarienne	pâte bio (GLUTEN), farce (TOFU bio, chapelure bio (GLUTEN), oignons frits bio, huile d'olive bio, basilic bio, sel, ail bio, herbes de Provence bio, poivre gris bio), sauce (purée de tomate bio, oignons bio, TOFU bio, huile de tournesol bio, champignons de Paris bio, carottes bio, sel, sucre de canne bio, huile d'olive bio, épices et aromes bio, basilic bio, bouillon de légumes bio (CELERI))	Gluten, soja, céleri	
Rôti de Boeuf Sauce Chasseur	C2191	Rôti de bœuf accompagné d'une sauce tomatée aux champignons	Rôti de boeuf, sauce chasseur (vin blanc (SULFITES), champignons, oignons, brunoise de légumes (CELERI), eau, roux (GLUTEN), jus de veau (GLUTEN, LAIT), huile de tournesol, concentré de tomate, ail, herbes de Provence, persil, poivre)	Sulfites, gluten, céleri, lait	FR
Sauté de veau Marengo (Or: FR)	C1616	Sauté de veau accompagné d'une sauce mijotée au vin et légumes	Sauté de veau, sauce marengo (eau, vin blanc (SULFITES), oignons, tomate cube, roux (GLUTEN), jus de veau (GLUTEN, LAIT), concentré de tomate, huile de tournesol, ail, caramel, poivre, thym)	Gluten, sulfites, lait	FR

	Steak Haché BIO au Jus (Or: FR)	C1613	Steak haché de boeuf issu de l'agriculture biologique, au jus	Steak haché bio (viande bovine), jus de viande (eau, vin blanc (SULFITES), échalotes, jus de veau (GLUTEN), roux (GLUTEN), huile de tournesol, caramel, poivre)	Gluten, sulfites	FR
Accompagnements	Brocolis	D1656	Fleurettes de brocolis cuites assaisonnées	Fleurettes de brocolis, huile de colza aromatisée, sel		
	Pommes Dauphines	D1687	Préparation à base de pommes de terre, préfrite	Pommes de terre, farine de BLE, ŒUFS, huile végétale de trounesol, sel, épices	Gluten (blé), oeuf	
	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,		
	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	
	Ratatouille	D1810	Mélange de légumes enrobés d'une sauce cuisinée à base de tomates	Légumes grillés (courgettes, aubergines, poivrons verts, poivrons rouges, huile de tournesol), sauce à la tomate (eau, coulis de tomates, concentré de tomates, huile de tournesol, sel, sucre, arôme naturel, oignons, romarin, poivre, ail), tomates, oignons frits		
	Riz Creole	D1818	Riz long grain cuit assaisonné	Riz, huile de colza aromatisée, sel		
	Semoule aux Raisins (légumes)	D1838	Semoule de blé dur assaisonnée accompagnée de raisins secs	Semoule (semoule de BLE, eau, huile d'olive vierge extra, sel), raisins secs	Gluten	
	Spirales	D1842	Pâtes spirales assaisonnées	Pâtes spirales (GLUTEN), huile de colza aromatisée, sel	Gluten	
Desserts	Donut's au sucre (scol)	G2078	Donuts au sucre sans huile de palme	Farine (GLUTEN), eau, huile de tournesol, sucre, dextrose, levure, farine de SOJA, poudre de lactosérum (LAIT), poudres à lever, sel, GLUTEN de blé, émulsifiants, poudre de LAIT, OEUF entier, arôme naturel de vanille	Gluten, lait, soja, œuf	
	Eclair chocolat (scol)	G1971	Pâte à choux aux oeufs frais garnie de crème pâtissière chocolaté 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	