



# Menu Liberté

Semaine du 21 au 25 novembre 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
	Betteraves Vinaigrette	B1010	Salade à base de betteraves rouges, assaisonnée à la vinaigrette	Betterave rouge cuite, sauce vinaigrette, sel.	Moutarde	
	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	
	Céleri Remoulade	B1015	Salade à base de céleri frais, assaisonnée	CELERI frais râpé, assaisonnement (OEUFS), MOUTARDE, sel.	Céleri, moutarde, oeuf	
	Concombre Vinaigrette	B1030	Salade à base de concombre frais, assaisonnée	Concombre, sauce vinaigrette (Huile de colza, eau, vinaigre de vin rouge, MOUTARDE (eau, graines de la MOUTARDE, vinaigre d'alcool, sel, épices), sel, sucre, épice), persil.	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	
	Pâté de Campagne - Cornichon	B1096	Charcuterie à base de viande de porc, d'oignons et d'épices, accompagnée de cornichon	Pâté de Campagne, Cornichon	Gluten, lait, moutarde, soja, sulfites	UE
	Rosette - Cornichon	B1216	Saucisson sec pur porc accompagné de cornichon	Rosette (Viande de porc, sel, LACTOSE, sucre, épices et plantes aromatiques), cornichon.	Lait, moutarde	UE
	Salade Coleslaw (chou blanc/carotte)	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 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 (PDT & thon) - 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	

Plats

Dhal de lentilles, légumes au lait coco & riz (Plat Complet)	C1329	Mélange de lentilles corail, de légumes et de riz, assaisonnée au lait de noix de coco et aux épices	Lentille corail, eau, épinard, oignon, lait de noix de coco (LAIT), ail, citronnelle, sel, jus de citron, huile de colza, cumin, coriandre moulue, curcuma, riz	Lait	
Filet de Colin Pané BIO	C2804	Filets de colin d'Alaska avec panure biologique	COLIN d'Alaska Theragra chacolgramma, farine de BLE, huile de colza, eau, farine de riz, sel	Poisson, gluten	
Filet de Poulet Sce Normande	C1375	Filet de poulet rôti accompagné d'une sauce à base de crème et de cidre	Filet de poulet rôti, sauce Normande (eau, champignons de Paris, oignons, vin blanc (SULFITES), cidre (SULFITES), CREME(LAIT), sauce béchamel (LAIT), fond blanc de volaille (GLUTEN, LAIT), huile de tournesol, ail)	Lait, sulfites, gluten	UE
Galette Tomate & Mozzarella	C2599	Galette tomate mozzarella	Protéine de BLE (GLUTEN), BLE complet, Eau, oignon, Mozzarella (LAIT), Concentré de tomate, tomate, basilic, Huile de tournesol, LAIT écrémé, Semoule de BLE, Farine de BLE, tomate séchée, Sel, persil, paprika, ail, origan, herbes de Provence et piment de Cayenne.	gluten, lait	FR
Lasagne Bolognaise BIO	C1590	Sauce bolognaise au bœuf, couches de pâtes et sauce crème, issue de l'agriculture bio	Eau, pâtes pré-cuites (semoule de BLE dur bio, eau), viande et gras de bœuf bio, concentré de tomates bio, oignons bio, CREME fraiche bio, EMMENTAL bio, huile de colza bio, basilic bio, LAIT écrémé bio, CELERI bio, sel, farine de BLE bio	Gluten, lait, céleri	UE
Paupiette de Veau Sauce Forestière	C1526	Paupiette de veau épicée avec sa sauce aux champignons forestiers	Paupiette au veau (viande et gras de veau, viande de volaille, SOJA, eau, oignons, sel, épices, plantes aromatiques, poireau, poivre, muscade), sauce forestière (eau, vin blanc (SULFITES), mélange de champignons forestiers (pleurotes, bolets jaunes, shiitakes, pholiotés), oignons, CREME (LAIT), sauce blanche (LAIT), jus de veau (GLUTEN, LAIT), huile de tournesol, ail, persil, poivre)	Gluten, lait, sulfites, soja	VeauUE;VoIFR
Pilons de Poulet Rôti	C2407	Pilon de poulet	Pilon de poulet		UE
Sauté de Dinde aux Aïnelles	C2488	Sauté de dinde accompagné d'une sauce aux aïnelles	Sauté de dinde, sauce aux aïnelles (eau, aïnelles, sucre, vinaigre d'alcool, vinaigre balsamique (SULFITES), cranberries séchées, amidon de BLE (GLUTEN), jus de veau (GLUTEN, LAIT), jus de poulet (GLUTEN))	Gluten, sulfites, lait	UE
Sauté de Poulet Aigre Doux	C1738	Sauté de viande de cuisse de poulet, sauce sucrée salée	Sauté de poulet, sauce aigre douce (eau, morceaux d'ananas, oignons, poivrons rouges et verts, julienne arc en ciel (brocolis, germes de haricots mungo, carottes, carottes jaunes), sucre, roux blanc (GLUTEN), vinaigre, ketchup, fond blanc de volaille (GLUTEN, LAIT), ail, mise en place thaï (FRUIT A COQUE), pousses de bambou, mélange d'épices thaï)	Fruit à coque, gluten, lait, soja	UE
Steak Haché au Jus (Or: FR)	C2446	Steak haché de bœuf accompagné d'un jus de viande	Steak haché de bœuf, jus (eau, vin blanc (SULFITES), échalotes, jus de veau (GLUTEN), roux (GLUTEN), huile de tournesol, caramel, poivre)	Gluten, sulfites	FR

Accompagnements	Carottes BIO	D1678	Carottes cuites bio	Carottes cuites bio, huile de colza aromatisée, sel		
	Courgettes BIO	D1877	Courgettes bio assaisonnées	Courgettes bio, huile de colza aromatisée, sel		
	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 rapé	Lait	
	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,		
	Potatoes	D1799	Pommes de terre avec peau coupées en quartiers assaisonnées et pré-frites	Pommes de terre, huile de tournesol, enrobage (farine de BLE (GLUTEN), sel, poudre d'ail, poudre d'oignon, arôme paprika	Gluten	
	Puree de Patates Douces	D1806	Purée de patate douce et de pomme de terre	Patates douces, eau, crème fraîche (LAIT), BEURRE, sel, poivre	Lait	
	Riz Mékong (carottes, maïs, pois, poireaux)	D1920	Mélange de riz et de petits légumes assaisonné	Mélange de riz mékong (riz basmati précuit salé, carottes jaunes, maïs doux, garden peas (petits pois doux), poireaux julienne, carottes orange, oignons cubes), huile de colza aromatisée, sel		
	Trio de Legumes BIO (carottes chou fleur brocolis)	D1891	Carottes bio, chou-fleur bio, brocolis bio assaisonnés	Trio de légumes bio (carottes bio, chou-fleur bio, brocolis bio), huile de colza aromatisée, sel		
DESSERTS	Donut's	G2011	Viennoiserie recouverte d'une pellicule de sucre en poudre.	Farine (BLE (GLUTEN), SOJA), huiles et graisses végétales, eau, sucre, levure, sel, poudre de LAIT écrémé, arôme.	Gluten, soja, lait	