

Ekilibre - MENU DE LA SEMAINE



SEMAINE DU : lundi 5 au vendredi 9 octobre 2026



(SV) sans vinaigrette

() plat contenant du porc*

L
U
N
D
I

Pilons de poulet aux herbes
Purée de brocolis et purée de pommes de terre
Gouda bio
Kiwi

M
A
R
D
I

Sauté de poulet sauce napolitaine
Julienne de Légumes Arc en Ciel (brocolis, haricot, carottes)
Riz Basmati
Chanteneige BIO
Purée Pomme Banane Bio sans sucre

J
E
D
I

Cordon bleu de dinde (VF)
Haricots panachés et riz blanc
Fromage Fondu BIO
Cake aux pommes saveur cannelle (IDF)

V
E
N
D
R
E
D
I

Tomate nature (SV)
Filet de colin MSC pané
Spirales 3 couleurs
Fromage fondu Bio
Eclair chocolat

(*) plat contenant du porc

EKILIBRE RESTAURATION TRAITEUR

www.Ekilibre.com



Menu Liberté

Semaine du 05 au 09 octobre 2026



Les descriptifs présentés peuvent être amenés à évoluer. En cas de doute, nous vous invitons à consulter l'étiquette figurant sur les barquettes.
Nos produits sont élaborés dans une cuisine où plusieurs allergènes sont utilisés ; nous ne pouvons donc pas garantir l'absence totale d'un ou de plusieurs autres allergènes.

Entrées

Nom du produit	Code	Dénomination légale	Composition	Allergènes	Origine des viandes
Betteraves à la vinaigrette	B1010	Salade à base de betteraves rouges, assaisonnée à la vinaigrette	Betterave rouge cuite, sauce vinaigrette (Huile de tournesol, eau, vinaigre d'alcool coloré, moutarde (MOUTARDE, SULFITES), sel, poivre blanc)	Moutarde, sulfites	
Céleri rémoulade	B1015	Salade à base de céleri frais, assaisonnée	CELERI frais râpé, assaisonnement (OEUFs), MOUTARDE, sel.	Céleri, moutarde, oeuf	
Crêpe au Fromage	B1035	Crêpe pliée en forme de demi-lune, garnie d'une sauce au fromage	Eau, farine de BLE, EMMENTAL, CEUFS, LAIT, huile de colza, sel, fécule de pomme de terre, muscade	Gluten, oeuf, lait	
Macédoine Mayonnaise BIO 	B1105	Salade à base de macédoine et de mayonnaise bio	Macédoine bio (carottes bio, navets bio, petits pois bio, haricots verts bio, flageolets bio, sel marin), mayonnaise bio (Huile de tournesol (France), eau, vinaigre d'alcool, jaune d'OEUF (France), amidon, sel, sucre, jus de citron, arôme naturel de MOUTARDE), sel, poivre	œuf, moutarde	
Radis - Beurre	B1109	Radis avec une portion de beurre	Radis, portion de BEURRE (LAIT)	Lait	
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, sucre, épices), carotte fraîche râpée, sucre, CREME épaisse (LAIT), oignon, sel	Moutarde, œuf, lait	
Salade de pommes de terre persillées	B1156	Salade à base de pommes de terre assaisonnée	Pomme de terre cube cuite, sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, saccharose, amidon de pomme de terre, épices), échalote, vinaigre de vin rouge (SULFITES), persil, sel	Moutarde, sulfites	
Taboulé	B1207	Salade réfrigérée à base de semoule de blé dur et tomates, assaisonnée	Semoule de BLE (GLUTEN) dur gonflée, tomate, oignon, poivron rouge, huile de colza, vinaigre d'alcool, huile d'olive, bouillon de légumes (CELERI), sucre, persil, menthe, ciboulette, sel, citron	Gluten, céleri	
Boulgour à la Tomate	B1220	Salade à base de boulgour accompagné de tomate fraîche, assaisonnée	Boulgour cuit (BLE), sauce vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre d'alcool, sel, MOUTARDE, épices), tomate fraîche, oignon, concentré de tomate, coriandre hachée, persil, huile d'olive, sucre, sel, ail, cumin moulu, thym, pur jus de citron	Gluten, moutarde	
Chou blanc Bio aux raisins 	B1510	Salade de choux blanc bio, raisins secs et une sauce vinaigrette maison	Chou blanc bio, raisins secs, vinaigrette (Eau, huile de tournesol, vinaigre d'alcool coloré, MOUTARDE (SULFITES), sel, poivre blanc)	Moutarde, sulfites	

Plats

Sauté de Poulet Sauce Napolitaine		C1254	Sauté de poulet accompagné d'une sauce tomate au basilic	Sauté de poulet, Sauce (Eau, sauce tomate aromatisée aux plantes aromatiques, brunoise de légumes (courgettes, poivrons jaunes et rouges, aubergine préfruite, oignons préfruits, huile de tournesol), oignons, MOZZARELLA (LAIT), sucre, huile d'olive, poivre, ail, basilic)	Lait	UE
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
Duo de Quinoa Thaï aux Légumes (plat complet)		C1413	Poêlée de légumes et quinoa cuite enrobée d'une sauce	Légumes (Brocolis, Courgettes, Carottes jaunes, courges butternut, Fèves de SOJA), Quinoa blanc et rouge, Huile de colza, Sauce soja (SOJA, GLUTEN), Coriandre, Mix thai, citronnelle, Miel, Ail, Gingembre, Pâte de curry (piment vert, échalote, galangal, sauce nuoc mam (POISSON), Citron vert, épices, huile de tournesol, Coriandre, Ail, citronnelle, citron, Sel), Sel, Piment de Cayenne.	soja, gluten, poisson	0
Jambon Blanc		C1423	Jambon blanc cuit supérieur désossé, découenné, dégraissé	Jambon de porc, sel, dextrose, sirop de glucose, antioxydant : érythorbate de sodium, conservateur: nitrite de sodium, arôme		FR
Lasagne Chèvre Ricotta Epinards (plat complet)		C1436	Pâtes garnies d'une préparation de ricotta, fromage de chèvre et épinards	Semoule de BLE, RICOTTA, épinards, CREME fraîche, farine de BLE, FROMAGE de chèvre, EMMENTAL, LAIT écrémé en poudre, amidon de maïs, sel, LAIT entier en poudre, huiles végétales (huile de tournesol et/ou colza), basilic, CHAPELURE (farine de BLE, levure, sel), OEUF, muscade, poivre	Lait, œuf, gluten	
Lasagnes de Légumes du Soleil BIO (plat complet) 		C1484	Lasagnes aux légumes bio et fromage bio	Pâte (semoule de BLÉ dur*, eau), purée de tomates*, courgettes*, oignons*, carottes*, poivron* rouge, MOZZARELLA*, huile d'olive*, CRÈME*, double concentré de tomates*, FROMAGE * râpé, ail*, pulpe de tomates*, basilic*, LAIT*, amidon de maïs*, sel, EMMENTAL*, paprika*, farine de BLÉ*, thym*, poivre*. *issus de l'Agriculture Biologique	Gluten, lait	
Boulettes Végétales BIO Sce tomate 		C1632	Boulettes Végétales BIO Sce tomate	Boulettes végétales BIO (SOJA* (France)), eau, fécule de pomme de terre*, sauce SOJA* (sucre*, farine de SOJA*, sel, BLE*, SOJA*, levure), huile de coco*, psyllium blond*, blanc d'OEUF*, BEURRE*, betterave*, poivre*), sauce tomate (sauce tomate aromatisée, eau, oignons, brunoise provençale (courgettes, poivrons jaunes et rouges, tomates, aubergines préfruits, oignons préfruits), huile d'olive, ail, sucre, herbes de Provence, poivre)	Soja, Lait, Blé, Oeuf	Soja: FR
Pilons de Poulet aux Herbes		C1678	Pilons de poulet rôti aux herbes de provence	Pilons de poulet, herbes de provence, huile végétale		UE
Filet de Colin MSC Pané 		C2556	Moulé de filets de colin d'Alaska MSC, pané, sans arêtes	Filets de colin, Panure (chapelure (farine de blé, sel, paprika, curcumine), enrobant (eau, farine de blé, farine de riz, amidon de maïs, amidon de blé, sel), huile (colza, tournesol)).	Poisson, gluten	0
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 Carottes CE2 	D1679	Mélange de carottes orange et jaune, assaisonnées	Mélange de carottes jaunes et oranges, huile de colza aromatisée, sel		
Gratin Brocolis et PDT	D1716	Mélange de brocolis et de pomme de terre cuisinés	Gratins de brocolis et pommes de terre, huile de tournesol, eau, CREME fraîche, amidon de maïs, mélange de FROMAGES à pâte dure râpés (LAIT pasteurisé), sel, extrait de levure, muscade	Lait	
Haricots panachés CE2 	D1721	Haricots verts et beurres cuits, assaisonnés	Haticots verts et haricots beurres, huile de colza aromatisée, sel		
Riz Basmati	D1900	Riz basmati cuit assaisonné	Riz basmati, huile de colza aromatisée, sel		
Julienne de légumes arc-en-ciel (brocolis, haricot, carottes)	D1942	Mélange de légumes coupés en julienne assaisonnés	Mélange de légumes découpés en julienne (brocolis, pousses de haricots mungo, carottes, carottes jaunes), huile de colza aromatisée, sel	0	
Spirales 3 Couleurs	D1956	Mélanges de pâtes blanches, rouges et vertes, assaisonnées	Mélange de pâtes 95,7% (eau, semoule de BLE dur, tomates et épinards), huile de colza aromatisée, sel	Gluten	
Purée de Brocolis CE2 et PDT	D1984	Purée à base de brocolis et de pommes de terre au lait	Eau, purée de brocolis, purée de pommes de terre au LAIT (pommes de terre, LAIT entier, arôme naturel goût BEURRE, épice), huile de colza aromatisée, sel	Lait	
Eclair chocolat	G1971	Pâte à choux aux oeufs frais garnie de crème pâtissière chocolaté et glacée par une pâte à glacer parfumée au chocolat	Chocolat noir et au lait, Eau, Sucre, OEUFS, Farine de BLÉ, Huile de colza, Pâte de cacao, LAIT, Amidon, Cacao en poudre, Sirop de sucre inverti, BEURRE, chicorée (inuline), Gélifiant : carraghénanes, Beurre de cacao, Sel, lécithines (SOJA)	Lait, gluten, oeufs, soja	
Cake aux pommes & cannelle (IDF)	G2078	gâteau aux pommes et saveur cannelle	Farine de BLE, pommes, sucre, OEUFS frais, huile de colza, sirop de sucre inverti, poudre de LAIT entier, sel, poudres à lever, émulsifiant : lécithine de tournesol, cannelle.	Gluten, lait, œuf	

Desserts