



Menu Liberté

Semaine du 08 au 12 septembre 2025



Ekilibre
RESTAURATION TRAITEUR

Ces informations sont précisées sous réserve de modifications ultérieures.

Entrées

Nom du produit	Code	Dénomination légale	Composition	Allergènes	Origine des viandes
Melon Type Charentais	B1005	Melon	Melon		
Carottes Râpées	B1013	Carottes râpées à la sauce vinaigrette	Carottes fraîches râpées, vinaigrette (huile de colza, eau, vinaigre, sucre, sel, citron), vinaigre d'alcool, citron.		
Céleri Remoulade	B1015	Salade à base de céleri frais, assaisonnée	CELERI frais râpé, assaisonnement (OEUFS), MOUTARDE, sel.	Céleri, moutarde, oeuf	
Melon Jaune	B1082	Melon jaune	Melon jaune		
Oeuf Dur - Sce Cocktail	B1090	Oeuf dur accompagnée d'une sauce à base de mayonnaise, de sauce tomate et relevée au cognac	ŒUFS durs, sauce cocktail (Ketchup (tomates, sucre, épices, vinaigre), mayonnaise (huile de colza, ŒUFS, vinaigre, MOUTARDE, sucre, sel, amidon, jus de citron))	Œuf, moutarde	
Chou Rouge Vinaigrette	B1102	Salade de chou rouge à la vinaigrette	Chou rouge frais râpé, huile de colza, vinaigre de cidre (SULFITES), sucre, sel	Sulfites	
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'ŒUF (France), amidon, sel, sucre, jus de citron, arôme naturel de MOUTARDE), sel, poivre	œuf, moutarde	
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 de PDT Persillées - Entrée	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	
Salade de Blé Provençale	B1415	Salade à base de blé et de légumes, assaisonnée	BLE (GLUTEN), assaisonnement (MOUTARDE), poivron vert, poivron rouge, tomate fraîche, oignon, ail, basilic, sel, herbes de Provence.	Gluten (blé), moutarde	

Plats

Filet de Colin MSC Sauce Provençale 	C1252	Filet de colin MSC accompagné d'une sauce à la tomate	Filet de COLIN (POISSON) MSC, Sauce (Eau, VIN BLANC (SULFITES), sauce tomate aromatisée, brunoise, oignons, légumes (courgettes vertes, aubergines, poivrons rouges, oignons), fumet de poisson (POISSON, GLUTEN), huile d'olive, sucre, ail, poivre)	Poisson, sulfites, gluten	
Parmentier de Légumes (plat complet)	C1373	Mélange de légumes , purée de pommes de terre et chapelure au persil	Pommes de terre, carotte, BLE, LAIT, concassé de tomate (tomates, jus de tomates), oignon, huile de tournesol, pois chiches, courgette, concentré de tomate, oignon, huile de tournesol, chapelure (BLE), sel, amidon de maïs, OEUFS, CELERI, persil, ail, extrait de malt, laurier, thym, muscade, curcuma, poivre	Blé, lait, céleri, œuf	
Omelette Nature	C1466	Omelette salée pliée en 2, façon demi lune	ŒUF entier, LAIT écrémé, sel, poivre	Œuf, lait	
Sauté de porc (VPF) sauce moutarde 	C1487	Sauté de porc VPF accompagné d'une sauce à la moutarde	Sauté de porc VPF, eau, vin blanc (SULFITES), oignons, CREME, MOUTARDE (MOUTARDE, SULFITES), sauce blanche (LAIT), fond blanc de volaille, MOUTARDE à l'ancienne (MOUTARDE, SULFITES), huile de tournesol, épices (paprika, poivre, safran)	Sulfites, lait, moutarde	FR
Rissolette de Veau Panée	C1551	Préparation à base de viande de veau, de dinde et de protéines végétales	Viande de veau, protéines de SOJA, viande de dinde, eau, chapelure de blé (farine de BLE, levure, sel, épices), gras de veau, farine de BLE, sel, épices et aromates, sirop de glucose, dextrose, fécule de pomme de terre, arômes.	Soja, gluten	UE
Steak Haché (VBF) - Ketchup 	C1614	Steak haché de boeuf précuit et ketchup en dosette	Steak haché de boeuf, ketchup en dosette		FR
Sauté de Veau (VF) Milanaise 	C1665	Sauté de veau accompagné d'une sauce tomate agrémentée d'oignons et de petits légumes	Sauté de veau, sauce milanaise (sauce tomate aromatisée, eau, oignons, tomate cube, vin blanc (SULFITES), jus de veau, ail, huile d'olive, poivre)	Sulfites	FR
Filet de Poulet Sce Crème	C1830	Filet de poulet cuit accompagné d'une sauce préparée à base de crème	Filet de poulet rôti cuit, sauce crème (eau, vin blanc (SULFITES), oignons, brunoise de légumes (carottes, courgettes, poireaux, CELERI, navets, oignons), CREME (LAIT), sauce béchamel (LAIT), fond blanc de volaille, huile de tournesol, ail)	Sulfites, lait, céleri	UE/Ukr
Raviolis aux Légumes BIO (plat complet) 	C2062	Ravioli farci aux légumes dans ne sauce toûtée cuisinée aux petits légumes	Eau, ravioli (semoule de BLE dur bio, eau, chapelure bio (farine de BLE, sel, levure), épinards bio, huile de colza bio, carottes bio, sel, basilic bio, oignons bio, huile d'olive bio, ail bio, arôme naturel de muscade), double concentré de tomates bio, carottes bio,	Gluten, œuf	
Tortellini Epinards Ricotta (plat complet)	C2695	Une pâte précuite à la semoule de blé dur et aux oeufs et une farce à base d'épinard, de fromage et de ricotta.	semoule de BLÉ dur, ricotta (LAIT, sel), chapelure (farine de BLÉ, levure de bière, sel), OEUFS, épinard, fromage à pâte dure affiné (LAIT, sel, ferments lactiques, présure microbienne), sel, arômes naturelles (noix de muscade, poivre, ail)	Gluten, œuf, lait	0

Accompagnements	Purée de Carottes BIO et PDT 	D1663	Purée de pomme de terre et de carottes biologiques	eau, purée de pomme de terre (LAIT), purée de carottes Bio, huile de colza aromatisée, sel	Lait	
	Julienne de Légumes	D1691	Mélange de légumes cuits en julienne assaisonnés	Carottes, courgettes, CELERI rave, chou fleur	Céleri	
	Petits Pois CE2	D1759	Petits pois assaisonnés	Petits pois, huile de colza aromatisée, sel		
	Riz Creole	D1818	Riz long grain cuit assaisonné	Riz, huile de colza aromatisée, sel		
	Gratin de Chou Fleur & PDT	D2018	Mélange de chou fleur et de pommes de terre accompagné de fromage gratiné	Mélange de chou fleur et FROMAGE (choux-fleurs, eau, CREME, EMMENTAL, FROMAGE frais, LAIT demi-écrémé, farine de de maïs, amidon de riz, sel, ail, épices, JAUNE d'ŒUF), pommes de terre en cubes (pommes de terre, eau)	Lait, œuf	
	poêlée camarguaise (riz & lég)	D2135	Mélange de légumes et riz cuisiné	Mélange de légumes (poivrons rouges, verts et jaunes, tomates, courgettes grillées, oignons pré-frits, oignons), riz cuit, eau, huile d'olive, concentré de tomate, plantes aromatiques, arômes, sel, ail, huile de tournesol, épices		
	Courgettes BIO Persillées 	D2151	Courgettes issues de l'agriculture biologique assaisonnées au persil	Courgettes issues de l'Agriculture Biologique, matière grasse végétale, persil, sel		
Desserts	Tarte Flan	G2518	Tarte sucrée composée d'un onctueux appareil à flan aux œufs frais	Lait écrémé, sucre, farine de BLE, BEURRE (LAIT), ŒUF frais entier, amidon modifié, huile de colza, lait écrémé en poudre, amidon de riz, sucre, arôme, poudres à lever sel	Lait, oeuf, gluten	