

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 14 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	04-04-22	05-04-22	06-04-22	07-04-22	08-04-22
	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<i>Potage</i>	<u>Soupe du jour</u>				
<i>Potage alternatif 100% végétarien</i>	24 kcal 101 kJ Céleri	45 kcal 188 kJ Céleri	27 kcal 113 kJ Céleri	36 kcal 152 kJ Céleri	23 kcal 97 kJ Céleri
<i>Plat du jour</i>	Filet de cabillaud à la chermoula, pdt à l'huile d'olive 983 kcal 4113 kJ Gluten, céleri, Lait, soja, moutarde, œufs, poisson	Loempia, sauce aigre douce, riz 608 kcal 2555 kJ Gluten, céleri, Lait, moutarde, soja	Filet de poulet chimichurri, sauce curry, pdt rissolées 536 kcal 2263 kJ Céleri, Gluten, Lait, œufs, soja, moutarde	<u>Plat végété</u> Roulade d'aubergines gratinée 332 kcal 1392 kJ Céleri, Gluten, lait, Œuf	Fish sticks, sauce tartare, pdt purée 864 kcal 3622 kJ celeri, Gluten, lait, Œuf
<i>Plat Smart</i>	Burger de poulet, légumes méditerranéen, riz au coco 625 kcal 2622 kJ Gluten, céleri, Lait, soja, moutarde, œufs	<u>Plat végété</u> sauté de légumes gratiné 470 kcal 1968 kJ Gluten, céleri, Lait	Rôti de porc, sauce choron, salade de tomate, pdt nature 1673 kcal 6989 kJ Céleri, Lait, Soja, moutarde œufs	Bœuf mijoté, légumes ancien, pdt persillées 478 kcal 2011 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja,	Filet de poulet pané au parmesan, sauce tomate, jardinière de légumes, pâtes grcque 597 kcal 2503 kJ céleri, Gluten, Moutarde, Oeuf, lait
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végété</u> Burger de légumes, carottes rapées et maïs, dés de pdt au romarin 501 kcal 2092 kJ	<u>Plat vegan</u> Risotto de potiron, salade de chou 705 kcal 2946 kJ	<u>Plat végété</u> Moussaka de quorn 850 kcal 3553 kJ	<u>Plat vegan</u> Pilaf aux lentilles en aigre doux 270 kcal 1080 kJ	<u>Plat végété</u> Quiche aux petits légumes 937 kcal 3916 kJ

	Céleri, Gluten, Lait	Céleri, Gluten, Soja	Gluten, Lait, Œuf	Céleri, Gluten, (blé), (seigle)	Céleri, lait, œufs
Plat Brasserie ou Grill	<p>Plat brasserie Boulettes à la sauce tomate, pdt frites</p> <p>660 kcal 2763 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Œuf</p>	<p>Plat brasserie Carbonnade à la flamande Pdt purée</p> <p>543 kcal 2276 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites</p>	<p>Grillade Steack grillé, Sauce poivre, Pommes frites</p> <p>853 kcal 3565 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), Sulfites</p>	<p>Plat brasserie Vol-au-vent, riz</p> <p>491 kcal 2065 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf</p>	<p>Grillade Mixed grill, pdt en chemise, beurre à l'ail</p> <p>735 kcal 3072 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), (seigle), Lait, Moutarde, Oeuf, Sulfites</p>
Légumes chauds	carotte, Broccoli, potiron	Poivronnade, Légumes wok, champignons sautés	Chicons, Choux frisés, petit légumes	Choux-fleurs, Haricots beurre, céleri rave	épinards, Panais, poireaux
Pâtes	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p>
Sauce classique	<p>Jambon - fromage</p> <p>674 kcal 2830 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Œuf</p>	<p>Jambon - fromage</p> <p>674 kcal 2830 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Œuf</p>	<p>Jambon - fromage</p> <p>674 kcal 2830 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Œuf</p>	<p>Jambon - fromage</p> <p>674 kcal 2830 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Œuf</p>	<p>Jambon - fromage</p> <p>674 kcal 2830 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Œuf</p>
Sauce végétarienne	<p>Arrabiatta</p> <p>313 kcal 1315 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), soja</p>	<p>Arrabiatta</p> <p>313 kcal 1315 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), soja</p>	<p>Arrabiatta</p> <p>313 kcal 1315 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), soja</p>	<p>Arrabiatta</p> <p>313 kcal 1315 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), soja</p>	<p>Arrabiatta</p> <p>313 kcal 1315 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), soja</p>



Les légumes proposés au menu seront toujours différents de ceux proposés pour le Salad'Bar.
Du fromage râpé sera mis à disposition pour ceux qui souhaitent en rajouter dans leur préparation de pâtes.
Une gamme de desserts vegan bio préemballés sera proposée en alternative au dessert classique du jour.