

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 18 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	02-05-22	03-05-22	04-05-22	05-05-22	06-05-22
	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<i>Soupe du jour</i>	<u>Soupe du jour</u>				
<i>Potage alternatif 100% végétarien</i>	<p>Champignons</p> <p>21 kcal 89 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Pomme de terre</p> <p>40 kcal 167 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Petit pois et menthe</p> <p>47 kcal 197 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja, lait</p>	<p>Asiatique et citronnelle</p> <p>80 kcal 335 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Légumes</p> <p>29 kcal 125 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>
<i>Plat du jour</i>	<p>Pain de viande, jus aux oignons, pdt purée</p> <p>599 kcal 2501 kJ</p> <p>Céleri, gluten, Lait, œufs, soja</p>	<p>Filet de poulet grillé, pdt sautées, sauce à l'orange</p> <p>581 kcal 2433 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, œufs, moutarde</p>	<p>Spiringue de porc, sauce milanaise, pdt nature</p> <p>1103 kcal 4612 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, lait, soja, œufs</p>	<p><u>Plat végété</u> Curry thaï aux légumes vert, lait de coco et citron vert</p> <p>506 kcal 2122 kJ</p> <p>Céleri, lait, sésame</p>	<p>Filet de pangasius, sauce hollandaise, pdt nature</p> <p>619 kcal 2591 kJ</p> <p>céleri, Gluten, Lait, Poissons, crustacés, œufs</p>
<i>Plat Smart</i>	<p>Wok de bœuf aux haricots noirs, riz sauvage</p> <p>538 kcal 2256 kJ</p> <p>celeri, gluten, Lait, sesame, soja, moutarde</p>	<p><u>Plat végété</u> Spaghetti bolognaise au quorn</p> <p>279 kcal 1167 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Filet de merlu, poireaux à la crème, purée aux herbes</p> <p>419 kcal 1763 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, lait, soja, poisson</p>	<p>Boulet à la liégeoise, pdt sautées, salade de saison</p> <p>1007 kcal 4213 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, soja, œufs</p>	<p>Rôti de dinde, sauce curry, peche au four, riz</p> <p>514 kcal 2160 kJ</p> <p>céleri, Gluten, Lait, moutarde, œufs, soja</p>
<i>Plat Veggie</i>	<p><u>Plat végété</u> Pasticcio aux poivrons et olives</p> <p>459 kcal 1933 kJ</p>	<p><u>Plat vegan</u> Waterzooi de quorn, pdt vapeur</p> <p>277 kcal 1160 kJ</p>	<p><u>Plat végété</u> Falafel, sauce vierge, salade mixte</p> <p>570 kcal 2378 kJ</p>	<p><u>Plat vegan</u> Poivrons au quinoa et lentilles, pâtes grecque</p> <p>663 kcal 2775 kJ</p>	<p><u>Plat végété</u> Wraps aux légumes wok, sauce aigre douce</p> <p>453 kcal 19013 kJ</p>

	Céleri, Gluten, œufs, lait	Céleri, Gluten,	celeri, Gluten, soja, lait, œufs	Céleri, gluten, soja, moutarde	Céleri, Gluten, (blé), Lait, Œuf, moutarde
<i>Plat Brasserie ou Grill</i>	Plat brasserie Boulettes à la sauce tomate, pdt frites	Plat brasserie Carbonnade à la flamande Pdt purée	Grillade Steack, sauce au poivre, pdt frites	Plat brasserie Vol-au-vent, riz	Grillade Mixed grill, pdt grenaille à l'ail, beurre à l'ail
	660 kcal 2763 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf	543 kcal 2276 kJ Céleri, Gluten, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites	1012 kcal 4230 kJ Sulfites, Lait, Œuf	491 kcal 2065 kJ Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf	866 kcal 3623 kJ Céleri, Gluten, (blé), (orge), Lait, Sulfites
<i>Légumes chauds</i>	Epinards, compote, petit pois-carotte	germe de soja, chicons, navet	carotte, jardinière de légumes, fenouil	légumes wok, betterave rouge, légumes romanesco	panais au miel, asperges verte, tomate au four
<i>Pâtes</i>	2 choix de pâtes	2 choix de pâtes	2 choix de pâtes	2 choix de pâtes	2 choix de pâtes
	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)
<i>Sauce classique</i>	Carbonara 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten	Carbonara 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten	Carbonara 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten	Carbonara 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten	Carbonara 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten
<i>Sauce végétarienne</i>	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ celeri, Gluten, lait	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ celeri, Gluten, lait	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ celeri, Gluten, lait	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ celeri, Gluten, lait	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ celeri, Gluten, lait

