

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 23 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	06-06-22	07-06-22	08-06-22	09-06-22	10-06-22
	Feré	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Potage	<u>Soupe du jour</u>				
Potage alternatif 100% végétarien		Tomates	Concombre	Carotte	Pistou
	36 kcal 152 kJ Céleri	36 kcal 152 kJ Céleri	21 kcal 90 kJ Céleri	29 kcal 122 kJ Céleri	93 kcal 389 kJ Céleri, fruits sec, arachides
Plat du jour		Sauté de porc, sauce au poivre, pdt nature	Nid d'oiseau, potée de navets	<u>Plat végé</u> Courgette farçie au chèvre, riz	Fish sticks, pdt purée, citron
	441 564 1857 2354 Gluten, céleri, soja, moutarde, lait	441 564 1857 2354 Gluten, céleri, soja, moutarde, lait	700 kcal 2927 kJ Céleri, oeufs, Lait, gluten, moutarde, soja	723 kcal 3013 kJ Céleri, lait	433 kcal 1794 kJ Celeri, lait, Poissons, crustacés
Plat Smart		<u>Plat végé</u> Filet de quorn au vin rouge et petit légumes	Chipolata de volaille, sauce à l'ail, salade de tomate à l'ail, pdt rissolées	Spareribs, pdt wedges, petit pois, sauce bbq	Burger de bœuf, chou fleur, sauce béarnaise, pdt nature
	1088 kcal 4537 kJ céleri, Lait, moutarde	433 kcal 1814 kJ céleri, Gluten, oeufs, soja	1088 kcal 4537 kJ céleri, Lait, moutarde	769 kcal 3221 kJ Céleri, Gluten, moutarde	233 kcal 964 kJ Céleri, oeufs, Lait, gluten, moutarde, œufs, soja
Plat Veggie		<u>Plat vegan</u> Nasi goreng au quinoa, champignons-carotte-broccoli-noix de cajou	<u>Plat végé</u> Rouleau de printemps, sauce aigre douce, riz sauvage	<u>Plat vegan</u> Falafel, sauce marinara, pdt nature	<u>Plat végé</u> Tortillas aux poivrons et petit pois
	438 kcal 1829 kJ	432 kcal 1808 kJ	603 kcal 2520 kJ	533 kcal 2233 kJ	612 kcal 2547 kJ

	Céleri, Gluten	Céleri, Gluten, Soja, cajou	céleri, Lait, Œuf, soja, noix	Céleri, soja	Gluten, Lait, Œuf
Plat Brasserie ou Grill		Plat brasserie Carbonnade à la flamande Pdt purée	Grillade Steak grillé, Sauce béarnaise, Pommes frites	Plat brasserie Vol-au-vent, riz	Grillade Mixed grill, pdt grenaille, 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	853 kcal 3565 kJ Céleri, Gluten, (blé), Sulfites	491 kcal 2065 kJ Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf	735 kcal 3072 kJ Céleri, Gluten, (blé), (seigle), Lait, Moutarde, Oeuf, Sulfites
Légumes chauds		Champignons, salsifis, chou fleur	ratatouille, potiron, chous de Bxl	jardinière de légumes, haricots beurre, courgette	petit pois, Poireaux, Carotte
Pâtes	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)
Sauce classique		Saumon fumé et poireaux 518 2170 celeri, Gluten, lait	Saumon fumé et poireaux 518 2170 celeri, Gluten, lait	Saumon fumé et poireaux 518 2170 celeri, Gluten, lait	Saumon fumé et poireaux 518 2170 celeri, Gluten, lait
Sauce végétarienne		Courette-petit pois-menthe 438 1834 Céleri, Gluten, lait	Courette-petit pois-menthe 438 1834 Céleri, Gluten, lait	Courette-petit pois-menthe 438 1834 Céleri, Gluten, lait	Courette-petit pois-menthe 438 1834 Céleri, Gluten, lait