

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 32 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	08-08-22	09-08-22	10-08-22	11-08-22	12-08-22
	<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>	36 kcal 154 kJ Céleri	84 kcal 353 kJ Céleri	58 kcal 246 kJ Céleri	30 kcal 120 kJ Céleri	34 kcal 142 kJ Céleri
<i>Plat du jour</i>	Brochette de dinde, nouilles au beurre 526 kcal 2210 kJ Gluten, soja	Coq au vin, pdt croquettes 433 kcal 1814 kJ Gluten, oeufs, soja, céleri	Filet de cabillaud, pomme nature 268 kcal 1124 kJ lait, poissons	<u>Plat végété</u> Ragout de légumes oubliés, quorn en filet 263 kcal 1101 kJ Céleri, Gluten, soja, oeufs	Tranche de gigot, sauce à l'ail, gratin dauphinois 443 kcal 2300 kJ lait, moutarde, soja
<i>Plat Smart</i>	Emincé de bœuf Stroganoff, pdt écrasées à l'huile d'olive 370 kcal 1533 kJ Lait, celeri, gluten, soja, moutarde	<u>Plat végété</u> Aubergine farcie au chèvre, coulis rouge, boulgour 1126 kcal 4708 kJ Céleri, Gluten,, Lait, moutarde, soja	Pilon de poulet, sauce piquante, carotte au cumin, pdt grenaille 703 kcal 2941 kJ Gluten, (blé), Lait, oeufs, moutarde	Filet de poulet à l'estragon, potiron au beurre, pdt sautées 360 kcal 1519 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja,	Nuggets de poisson, sauce Vincent, salade composée, pdt purée 781 kcal 3245 kJ Lait, soja, celeri, gluten,moutarde, oeufs, poissons
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végété</u> Mijoté de tofu aux champignons des bois, pdt ciboulette 409 kcal 1716 kJ	<u>Plat vegan</u> Bami pang gang au quorn 454 kcal 1911 kJ	<u>Plat végété</u> Lasagne de légumes 432 kcal 1801 kJ	<u>Vegan</u> Cassoulet au seitan, pomme purée 405 kcal 1693 kJ	<u>Plat végété</u> Omelette aux petits légumes, pdt nature 326 kcal 1363 kJ

	soja	Gluten, (blé), Soja, céleri, œufs	Lait, Œuf, gluten, soja	Céleri, Gluten, lait, soja	Céleri, gluten, soja, œufs
Plat Brasserie ou Grill	<u>Plat brasserie</u> Boulettes à la sauce tomate, pommes frites 660 kcal 2763 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf	<u>Plat brasserie</u> Carbonnade à la flamande, pdt puréee 543 kcal 2276 kJ Céleri, Gluten, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites	<u>Grillade</u> Steak de boeuf sauce au poivre Pommes frites 987 kcal 4125 kJ Lait	<u>Plat brasserie</u> Vol-au-vent, riz 491 kcal 2065 kJ Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf	<u>Plat brasserie</u> Mixed grill, pdt grenaille, beurre à l'ail 720 kcal 3000 kJ céleri, Gluten, (blé), Lait, moutarde, Œuf
Légumes chauds	Champignons, légumes wok	Jardinière de légumes, navet glacés	Epinards à la crème, broccoli	Légumes oubliés, poireaux	Haricots verts, céleri rave
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	Sauce tomate au thon 440 kcal 1849 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf, poissons	Sauce tomate au thon 440 kcal 1849 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf, poissons	Sauce tomate au thon 440 kcal 1849 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf, poissons	Sauce tomate au thon 440 kcal 1849 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf, poissons	Sauce tomate au thon 440 kcal 1849 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf, poissons
Sauce végétarienne	Sauce quorn, broccoli, poireaux, champignons 535 kcal 2240 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja, lait œufs	Sauce quorn, broccoli, poireaux, champignons 535 kcal 2240 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja, lait œufs	Sauce quorn, broccoli, poireaux, champignons 535 kcal 2240 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja, lait œufs	Sauce quorn, broccoli, poireaux, champignons 535 kcal 2240 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja, lait œufs	Sauce quorn, broccoli, poireaux, champignons 535 kcal 2240 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja, lait œufs