

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 33 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	15-08-22	16-08-22	17-08-22	18-08-22	19-08-22
	<i>ferié</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>		35 kcal 148 kJ Céleri, gluten, soja	49 kcal 200 kJ Céleri, gluten, soja	23 kcal 99 kJ Céleri, gluten, soja	21 kcal 89 kJ Céleri, gluten, soja
<i>Plat du jour</i>		Filet de poulet tandoori, sauce yaourt, pain pita 562 kcal 2372 kJ Gluten, soja, céleri, lait, œufs	Cheese burger, pdt wedges 1064 kcal 4453 kJ Céleri, Gluten, lait, soja, moutarde, œufs	<u>Plat végé</u> Curry indien au quorn, riz basmati 561 kcal 2337 kJ Céleri, soja	Bœuf bourguignon, pdt noisette 771 kcal 3230 kJ céleri, gluten, lait, soja, œufs
<i>Plat Smart</i>		<u>Plat végé</u> Canneloni gratiné 691 kcal 2896 kJ Céleri, Gluten, Lait, œufs, soja	Rôti de dinde, sauce citron, haricots verts, boulgour 574 kcal 2404 kJ céleri, Gluten, lait, œufs, soja	Oiseau sans tête, salade de tomate au basilic, pdt nature 385 kcal 1607 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja, moutarde, œufs	Filet de hoki, jardinière de légumes, pdt écrasées à l'huile d'olive 403 kcal 1694 kJ Lait, soja, celeri, gluten, poisson
<i>Plat Veggie</i>		<u>Plat végan</u> Gratin de légumes aux pois chiches 409 kcal 1716 kJ	<u>Plat végé</u> Couscous de légumes à l'espagnole au tofu 550 kcal 2309 kJ	<u>Plat vegan</u> Wraps aux champignon et quorn, crème aux câpres 528 kcal 2218 kJ	<u>Plat végé</u> Frittata de poireaux, poivrons, épinards et pdt, salade de blé 486 kcal 2019 kJ

		soja, céleri, gluten, fruits à coque, moutarde	Lait, gluten, soja, céleri, moutarde	fruits à coque, Gluten, (blé), (seigle), soja,	Lait, moutarde, œufs
<i>Plat Brasserie ou Grill</i>		<p>Plat brasserie Carbonnade à la flamande, pdt purée</p> <p>543 kcal 2276 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites</p>	<p>Grillade Steak de boeuf sauce Archiduc Pommes frites</p> <p>987 kcal 4125 kJ</p> <p>Lait</p>	<p>Plat brasserie Vol-au-vent, riz</p> <p>491 kcal 2065 kJ</p> <p>Gluten, Lait, Moutarde, Œuf</p>	<p>Plat brasserie Mixed grill, pdt grenaille, beurre à l'ail</p> <p>720 kcal 3000 kJ</p> <p>céleri, Gluten, Lait, moutarde, Œuf</p>
<i>Légumes chauds</i>		Epinards, carottes	Courgette, bourgeoise de légumes	Champignon, poireaux	Salsifis, chou rouge aux pommes
<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	259 kcal 1087 kJ Gluten	259 kcal 1087 kJ Gluten	259 kcal 1087 kJ Gluten	259 kcal 1087 kJ Gluten
<i>Sauce classique</i>		<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, Lait, céleri, soja</p>	<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, Lait, céleri, soja</p>	<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, Lait, céleri, soja</p>	<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, Lait, céleri, soja</p>
<i>Sauce végétarienne</i>		<p>Petit légumes et tofu</p> <p>583 kcal 2442 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja, lait, moutarde</p>	<p>Petit légumes et tofu</p> <p>583 kcal 2442 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja, lait, moutarde</p>	<p>Petit légumes et tofu</p> <p>583 kcal 2442 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja, lait, moutarde</p>	<p>Petit légumes et tofu</p> <p>583 kcal 2442 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja, lait, moutarde</p>