

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 34 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	22-08-22	23-08-22	24-08-22	25-08-22	26-08-22
	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<i>Potage alternatif 100% végétarien</i>	33 kcal 138 kJ Céleri, gluten, soja	129 kcal 539 kJ Céleri, gluten, soja, lait	31 kcal 131 kJ Céleri, gluten, soja	51 kcal 214 kJ Céleri, gluten, soja	33 kcal 138 kJ Céleri, gluten, soja
<i>Plat du jour</i>	Gyros de volaille, riz sauvage 523 kcal 2196 kJ Gluten, Lait, moutarde, soja, céleri	Dorade sébaste, sauce aux herbes, pdt nature 465 kcal 1949 kJ Céleri, crustacé, Gluten, Lait, poisson, soja	Wok de bœuf, sauce haricots noirs, nouilles au beurre 539 kcal 2256 kJ Céleri, Gluten, lait, graines de sésame, moutarde, œufs	<u>Plat végété</u> Parmentier de légumes du sud 417 kcal 1747 kJ Céleri, Gluten, lait	Poivrons farçis, sauce estragon, quinoa 678 kcal 2835 kJ Gluten, lait, soja, céleri
<i>Plat Smart</i>	Lieu noir, sauce au pesto, aubergines sautées, pomme vapeur 635 kcal 2644 kJ Céleri, fruit à coque, crustacé, gluten, poisson, Lait, soja	<u>Plat végété</u> Poivron farçi Medina Quinoa* 341 kcal 1429 kJ Céleri, Fruits à coque, (amandes), Gluten, Lait, Sulfites	Chipolata, sauce à l'ail, carottes à la marocaine, semoule 730 kcal 3062 kJ Céleri, gluten, moutarde, soja, Lait,	Epigramme d'agneau, chou rave à la béchamel, pomme nature 587 kcal 2455 kJ Gluten, Lait	Filet de poulet, compote de pomme, pdt cube sautées 569 kcal 2382 kJ Lait, soja,
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végété</u> Falafel Sauce à la crème e aux herbes Betteraves rouges Semoule de blé* 693 kcal 2900 kJ Céleri, Gluten, Lait	<u>Plat vegan</u> Pita de quorn, salade raita, pommes wedges 916 kcal 3844 kJ Gluten, Soja, lait, œufs	<u>Plat végété</u> Croquettes au fromage faites maison Salade mixte 850 kcal 3553 kJ Gluten, Lait, Œuf	<u>Plat vegan</u> Tagine de pois chiches et courgette semoule 552 kcal 2352 kJ Céleri, Gluten, fruits à coque, soja	<u>Plat végété</u> Quiche au potiron, fêta, coriandre et noix 854 kcal 3570 kJ Gluten, Fruits à coque, Lait, Œuf

<i>Plat Brasserie ou Grill</i>	<p>Plat brasserie Boulettes à la sauce tomate, pommes 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, Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites</p>	<p>Grillade Steak de boeuf sauce béarnaise 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, (blé), Lait, Moutarde, Œuf</p>	<p>Grillade Mixed grill, pdt grenaille, beurre à l'ail</p> <p>720 kcal 3000 kJ</p> <p>céleri, Gluten, (blé), Lait, moutarde, Œuf</p>
<i>Légumes chauds</i>	Légumes siam, sautés de poivrons	Poireaux braisés, chou chinois	Courgette, betterave rouge	Champignons, chicons	navet glacés, poireaux
<i>Sauce classique</i>	<p>Thon et petits légumes</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Thon et petits légumes</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Thon et petits légumes</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Thon et petits légumes</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Thon et petits légumes</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>
<i>Sauce végétarienne</i>	<p>Peperonata (poivronade)</p> <p>46 kcal 192 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja</p>	<p>Peperonata (poivronade)</p> <p>46 kcal 192 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja</p>	<p>Peperonata (poivronade)</p> <p>46 kcal 192 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja</p>	<p>Peperonata (poivronade)</p> <p>46 kcal 192 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja</p>	<p>Peperonata (poivronade)</p> <p>46 kcal 192 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja</p>