


| ULB - Université Libre de Bruxelles | Semaine 46 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15) | | | | |
|--|---|---|---|---|--|
| | 14-11-22 | 15-11-22 | 16-11-22 | 17-11-22 | |
| | <i>Lundi</i> | <i>Mardi</i> | <i>Mercredi</i> | <i>Jeudi</i> | |
| <i>Soupe du jour</i> | <u>Soupe du jour</u> | | | | |
| <i>Potage alternatif 100% végétarien</i> | Bouillon de légumes au curry 33 kcal 140 kJ Céleri, gluten, soja | Crème de maïs 64 kcal 268 kJ Céleri, gluten, soja | Pdt et chorizo 146 kcal 607 kJ Céleri, gluten, soja, lait | Potage BIO : Tomate 36 kcal 152 kJ Céleri, gluten, soja | |
| <i>Plat du jour</i> | Burger de veau, jus de viande, pdt sautées 615 kcal 2570 kJ Céleri, Gluten, Lait, oeufs, soja, Moutarde | Filet de poulet, jus de volaille, pommes noisettes 779 kcal 3265 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja, œufs | Chicons au gratin, pdt purée 458 kcal 1919 kJ Céleri, Gluten, Œuf, lait | <u>Plat végété</u> Nasi goreng style, quinoa 432 kcal 1808 kJ Céleri, Gluten, cajou, soja | |
| <i>Plat Smart</i> | Goulasch de porc à la hongroise, légumes oubliés, blé 536 kcal 2253 kJ celeri, Gluten, Lait, soja | <u>Plat végété</u> Loempia de légumes, sauce aigre douce, riz 516 kcal 2182 kJ Céleri, Gluten, Lait, soja | Oiseau sans tête, haricot vert, pdt nature 411 kcal 1725 kJ Céleri, Gluten, Lait, Œuf | Merguez, courgette gratinée, sauce au romarin, pdt aux herbes 978 kcal 4105 kJ Céleri, Gluten, Lait, soja | |
| <i>Plat Veggie</i> | <u>Plat végété</u> Falafel, upma bulgur salad 702 kcal 2947 kJ | <u>Plat vegan</u> Feta au four, sauté de poivrons, pâtes grecque 583 kcal 2430 kJ | <u>Plat végété</u> Mélange de riz, quinoa et lentilles haricots verts 1362 kcal 5701 kJ | <u>Plat vegan</u> Tagine de pois chiches, semoule 552 kcal 2322 kJ | |


| | | | | | |
|--------------------------------|--|---|--|---|--|
| | Céleri, Gluten, Lait, Soja, fruit à coques | Céleri, Gluten, lait | celeri, graine de sésame, Gluten, soja | Céleri, amandes, Lait, gluten, soja | |
| Plat Brasserie ou Grill | <p>Plat brasserie Boulettes à la sauce tomate, pdt 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, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites</p> | <p>Grillade Steak de bœuf, sauce provençale, pdt frites</p> <p>1012 kcal 4230 kJ</p> <p>Sulfites, Lait, Œuf</p> | <p>Plat brasserie Vol-au-vent, riz</p> <p>491 kcal 2065 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf</p> | |
| Légumes chauds | Carottes, céleri rave, endives à la crème | Brocolis, céleri rave, poivrons | Aubergine, navets, chou chinois | Poêlée de champignons, légumes wok, choux romanesco | |
| Pâtes | <p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p> | <p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p> | <p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p> | <p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p> | |
| Sauce classique | <p>Carbonara</p> <p>587 kcal 2454 kJ</p> <p>céleri, oeufs, Lait, soja</p> | <p>Carbonara</p> <p>587 kcal 2454 kJ</p> <p>céleri, oeufs, Lait, soja</p> | <p>Carbonara</p> <p>587 kcal 2454 kJ</p> <p>céleri, oeufs, Lait, soja</p> | <p>Carbonara</p> <p>587 kcal 2454 kJ</p> <p>céleri, oeufs, Lait, soja</p> | |
| Sauce végétarienne | <p>Ricotta et basilic</p> <p>499 kcal 2092 kJ</p> <p>Gluten, lait</p> | <p>Ricotta et basilic</p> <p>499 kcal 2092 kJ</p> <p>Gluten, lait</p> | <p>Ricotta et basilic</p> <p>499 kcal 2092 kJ</p> <p>Gluten, lait</p> | <p>Ricotta et basilic</p> <p>499 kcal 2092 kJ</p> <p>Gluten, lait</p> | |



Les légumes proposés au menu seront toujours différents de ceux proposés pour le Salad'Bar.
Du fromage râpé sera mis à disposition pour ceux qui souhaitent en rajouter dans leur préparation de pâtes.
Une gamme de desserts vegan bio préemballés sera proposée en alternative au dessert classique du jour.

Nous utilisons des **légumes de saison** suivant le calendrier de Bruxelles Environnement 

Plusieurs denrées seront utilisées **fraîches** tout au long de l'année.

Nous utilisons des produits locaux ou proposons des plats nationaux. 

Les produits mentionnés par une "*" seront BIO.



Tous nos poissons sont issus de la pêche durable et certifiés MSC dans les plats proposés au restaurant.

