

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 47 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	21-11-22	22-11-22	23-11-22	24-11-22	25-11-22
	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<i>Soupe du jour</i>	<u>Soupe du jour</u>				
<i>Potage alternatif 100% végétarien</i>	<p>Céleri rave</p> <p>30 kcal 126 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>St germain</p> <p>203 kcal 849 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Chicons</p> <p>44 kcal 182 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja, lait</p>	<p>Bouillon de légumes</p> <p>29 kcal 125 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Potiron</p> <p>23 kcal 99 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>
<i>Plat du jour</i>	<p>Filet de poulet, sauce aigre-douce, riz complet</p> <p>633 kcal 2674 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, soja, Moutarde</p>	<p>Rôti de dinde, sauce à l'estragon, pdt vapeur</p> <p>607 kcal 2535 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, Soja</p>	<p>Cordon bleu de porc, sauce blackwell, pdt sautées</p> <p>819 kcal 3426 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Œuf, lait, moutarde, soja</p>	<p><u>Plat végété</u> Boulettes de légumes à la liégeoise, pdt nature</p> <p>432 kcal 1808 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, soja</p>	<p>Bouchée ostendaise, pdt persillées</p> <p>486 kcal 2035 kJ</p> <p>céleri, Gluten, Lait, Poissons, mollusque, crustacés, œufs</p>
<i>Plat Smart</i>	<p>Macaroni fromage-jambon gratiné</p> <p>634 kcal 2656 kJ</p> <p>celeri, Gluten, Lait, soja, œufs</p>	<p><u>Plat végété</u> Risotto végétarien au quorn (céleris-raves, fenouil)</p> <p>516 kcal 2182 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, soja</p>	<p>Merlan, fumet de poisson, panais au beurre, pdt écrasées</p> <p>480 kcal 2051 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, crustacés, poisson, soja</p>	<p>Saucisse de campagne, pdt nature, carottes, jus de viande</p> <p>585 kcal 2448 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, soja</p>	<p>Emincé de bœuf, sauce au pesto, riz sauvage</p> <p>866 kcal 3629 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, soja, moutarde</p>
<i>Plat Veggie</i>	<p><u>Plat végété</u> Paëlla de légumes</p> <p>378 kcal 1590 kJ</p>	<p><u>Plat vegan</u> Waterzooi au quorn</p> <p>583 kcal 2430 kJ</p>	<p><u>Plat végété</u> Falafel, chou blanc au pesto, riz</p> <p>1106 kcal 4614 kJ</p>	<p><u>Plat vegan</u> Ragout de lentilles et champignons, purée à l'huile</p> <p>519 kcal 2165 kJ</p>	<p><u>Plat végété</u> Quiche au brocoli, salade de saison</p> <p>516 kcal 2182 kJ</p>

	Céleri, Gluten, Soja, oeufs	Céleri, Gluten, lait	celeri, graine de sesame, Gluten, soja, lait	Céleri, gluten, soja	Céleri, Gluten, Lait, soja
<i>Plat Brasserie ou Grill</i>	Plat brasserie Boulettes à la sauce tomate, pdt frites	Plat brasserie Carbonnade à la flamande Pdt purée	Grillade Steak de bœuf, sauce champignons, pdt frites	Plat brasserie Vol-au-vent, riz	Grillade Mixed grill, pdt au four, 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	1012 kcal 4230 kJ Sulfites, Lait, Œuf	491 kcal 2065 kJ Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf	866 kcal 3623 kJ Céleri, Gluten, (blé), (orge), Lait, Sulfites
<i>Légumes chauds</i>	Carottes, épinards à la crème, petit pois clamart	Brocolis, potiron, poêlée de légumes	Aubergine, petit pois-carotte, chou de savoie	Betterave rouge, légumes wok, haricot beurre	chou fleur, poireaux, choux de bxl
	<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, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)
<i>Sauce classique</i>	Saumon et broccoli 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	Saumon et broccoli 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	Saumon et broccoli 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	Saumon et broccoli 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	Saumon et broccoli 264 kcal 1106 kJ Gluten, céleri, (blé), Lait, soja
<i>Sauce végétarienne</i>	Gorgonzola 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait, oeufs	Gorgonzola 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait, oeufs	Gorgonzola 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait, oeufs	Gorgonzola 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait, oeufs	Gorgonzola 40 kcal 167 kJ Gluten, lait, oeufs