

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 27 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	04-07-22	05-07-22	06-07-22	07-07-22	08-07-22
	<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>	28 kcal 11 kJ Céleri, gluten, blé, soja	51 kcal 18 kJ Céleri, gluten, blé, soja	30 kcal 12 kJ Céleri, gluten, blé, soja	28 kcal 11 kJ Céleri, gluten, blé, soja	24 kcal 10 kJ Céleri, gluten, blé, soja
<i>Plat du jour</i>	Filet de poulet poêlé Légumes mexicain Riz basmati 667 kcal 2805 kJ Céleri, Gluten, Lait, Lupin, Moutarde	Rôti de porc Jus de viande au romarin Chou fleur gratiné Purée de pdt 598 kcal 2498 kJ Céleri, Gluten, Soja	Merguez d'agneau semoule Sauce tzatziki Salade composée 963 kcal 4027 kJ Lait, moutarde, soja	<u>Plat végété</u> Tortillas aux asperges 496 kcal 2060 kJ Lait, Œuf, moutarde	Filet de merlan poché Sauce au beurre épinards Pommes vapeur 346 kcal 1451 kJ Lait, Poissons, œufs, soja
<i>Plat Smart</i>	Escalope de dinde panée Ratatouille niçoise Pâtes grecques* 610 kcal 2550 kJ Céleri, Gluten, Lait	<u>Plat végété</u> Penne gratinée au quorn à la façon de Vincenzo (aubergines, champignons) 553 kcal 2314 kJ Céleri, Gluten, Lait, Œuf	Filet de merlu Velouté de poisson Tomate au four Pommes purée 497 kcal 2080 kJ Céleri, Crustacés, Gluten, Lait, Oeuf, Poissons	Brochette de poulet Jonagold au four sauce curry Pâtes grecques 525 kcal 2203 kJ Céleri, Gluten, Lait, moutarde œuf	Epigramme d'agneau, sauce piquante, carotte au cumin, pdt rissolées au paprika 479 kcal 1993 kJ Gluten, Lait, œufs, soja
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végété</u> Nasi goreng au quorn 545 kcal 1911 kJ	<u>Plat vegan</u> Cannelloni farçis ricotta et épinards Sauce tomate 691 kcal 2896 kJ	<u>Plat végété</u> Quiche au brie, cerneaux de noix et miel Salade mixte 612 kcal 2567 kJ	<u>Plat vegan</u> Courgette farçies au quorn Quinoa aux amandes 541 kcal 2260 kJ	<u>Plat végété</u> Risotto aux petits légumes 513 kcal 2152 kJ

	Céleri, Gluten, Oeuf, Soja	Céleri, Gluten, lait, œufs, soja	Fruits à coque, (noix), Gluten, Lait	Céleri, Fruits à coque, Lait, gluten, lait, œufs, soja	Céleri, Gluten, Lait, Oeuf, Graines de sésame
<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, 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</p>	<p>Grillade Steak de bœuf, Sauce roquefort Pommes frites</p> <p>853 kcal 3565 kJ</p> <p>Céleri, Gluten</p>	<p>Plat brasserie Vol-au-vent, riz</p> <p>491 kcal 2065 kJ</p> <p>Gluten, Lait, Moutarde, Œuf</p>	<p>Grillade Mixed grill, pdt grenaille, beurre à l'ail</p> <p>866 kcal 3623 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait</p>
<i>Légumes chauds</i>	<p>Légumes mexicain Ratatouille nicçoise</p>	<p>Choux fleur Aubergines et champignons</p>	<p>Haricots princesse Tomate au four</p>	<p>Poêlée de champignons Jardinière de légumes</p>	<p>Epinards Navets</p>
<i>Pâtes</i>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten</p>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten</p>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten</p>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten</p>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten</p>
<i>Sauce classique</i>	<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Bolognaise</p> <p>264 kcal 1106 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>
<i>Sauce végétarienne</i>	<p>Arrabiata (sauce tomate épicée)</p> <p>58 kcal 240 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Arrabiata (sauce tomate épicée)</p> <p>58 kcal 240 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Arrabiata (sauce tomate épicée)</p> <p>58 kcal 240 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Arrabiata (sauce tomate épicée)</p> <p>58 kcal 240 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>	<p>Arrabiata (sauce tomate épicée)</p> <p>58 kcal 240 kJ</p> <p>Gluten, céleri, Lait, soja</p>