

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 50 : Chez Théo (11h30-14h15)				
	12-12-22	13-12-22	14-12-22	15-12-22	16-12-22
	<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>	35 kcal 148 kJ Céleri, gluten, soja	64 kcal 268 kJ Céleri, gluten, soja	146 kcal 607 kJ Céleri, gluten, soja, lait	36 kcal 152 kJ Céleri, gluten, soja	146 kcal 607 kJ Céleri, gluten, soja, lait
<i>Plat du jour</i>	Hamburger de bœuf, sauce chili, pdt grenaille 615 kcal 2570 kJ Céleri, Gluten, Lait, oeufs, soja, Moutarde	Pain de viande à l'italienne, coulis de poivrons, pomme noisette 779 kcal 3265 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja, oeufs, moutarde	Couscous Royal 515 kcal 2158 kJ Céleri, Gluten, Lait, soja	Calamares à la romaine, sauce tartare, pdt rissolées 432 kcal 1808 kJ Céleri, Gluten, cajou, soja	Chipolata de poulet, sauce à l'ail, pdt ciboulette 685 kcal 2866 kJ Gluten, (blé), Lait, Poissons
<i>Plat Smart</i>	Rôti de dinde, compote maréchal, pdt nature 663 kcal 2771 kJ celeri, Gluten, Lait, soja	<u>Plat végé</u> Loempia de légumes, sauce aigre douce, duo d'haricots, riz 516 kcal 2182 kJ Céleri, Gluten, Lait, soja	Bœuf yakitori, légumes wok, riz 479 kcal 2023 kJ Céleri, Gluten, soja, graine sésame	Epigramme d'agneau, jus de viande au thym, légumes d'hiver grillés, pdt nature 515 kcal 2158 kJ Céleri, Gluten, Lait, soja	Paupiette de poisson, coulis aux herbes, panais au beurre, pdt nature 536 kcal 2230 kJ Céleri, Gluten, Lait, soja, poissons
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végé</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 végé</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	<u>Plat végé</u> Risotto végétarien au quorn (céleris-raves, fenouil) 513 kcal 2152 kJ

	Céleri, Gluten, Lait, Soja, fruit à coques	Céleri, Gluten, lait	celeri, graine de sésame, Gluten, soja	Céleri, amandes, Lait, gluten, soja	Céleri, Gluten, (blé), Lait, Oeuf, Graines de sésame, Sulfites
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 boeuf, sauce aux poivres, 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>	<p>Grillade Mixed grill, pdt au four, beurre à l'ail</p> <p>866 kcal 3623 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), (orge), Lait, Sulfites</p>
Légumes chauds	Carottes, endives à la crème, haricot vert	céleri rave, poivrons, petit pois	Aubergine, chou chinois, duo de carottes	Poêlée de champignons, choux romanesco, légumes wok	poireaux, chou fleur, broccoli
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>	<p>2 choix de pâtes</p> <p>259 kcal 1087 kJ</p> <p>Gluten, (blé), (seigle)</p>
Sauce classique	<p>Bolognaise</p> <p>512 kcal 2105 kJ</p> <p>céleri</p>	<p>Bolognaise</p> <p>512 kcal 2105 kJ</p> <p>céleri</p>	<p>Bolognaise</p> <p>512 kcal 2105 kJ</p> <p>céleri</p>	<p>Bolognaise</p> <p>512 kcal 2105 kJ</p> <p>céleri</p>	<p>Bolognaise</p> <p>512 kcal 2105 kJ</p> <p>céleri</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>	<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. 

