

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 6 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	07-02-22	08-02-22	09-02-22	10-02-22	11-02-22
	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>
<i>Potage</i>	<u>Soupe du jour</u>				
<i>Potage alternatif 100% végétarien</i>	Legumes jaunes 24 kcal 101 kJ Céleri	Chou blanc 45 kcal 188 kJ Céleri	Poireaux 27 kcal 113 kJ Céleri	Tomates 36 kcal 152 kJ Céleri	Fenouil 23 kcal 97 kJ Céleri
<i>Plat du jour</i>	Rôti de porc, jus au thym, pdt persillées 436 kcal 1828 kJ Gluten, céleri, Lait, soja	Poulet tikka massala, riz aux petits légumes 528 kcal 2219 kJ Gluten, céleri, Lait	Boulet à la liégeoise, pdt nature, salade de saison 729 kcal 3007 kJ Céleri, Gluten, Lait, œufs, soja	<u>Plat végété</u> Parmentier de quorn, brunoise de légumes 332 kcal 1392 kJ Céleri, Gluten, lait, Œuf	Tomato fish, sauce gribiche, potée au poireaux 851 kcal 3561 kJ Gluten, lait, Moutarde, Oeuf, Poissons
<i>Plat Smart</i>	Goulasch de porc, légumes oubliés, blé 436 kcal 1828 kJ Gluten, céleri, Lait, soja	<u>Plat végété</u> saucisse de quorn, coulis de poivrons rouges, potiron, pdt nature 470 kcal 1968 kJ Gluten, céleri, Lait	Rôti de veau braisé, sauce moutarde, céleri rave, pdt boulangère 454 kcal 1898 kJ Céleri, Gluten, moutarde, Lait, Soja	Pain de viande, jus aux oignons, légumes bourgeois, pdt à la ciboulette 513 kcal 2153 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja,	Burger de bœuf, sauce chili, salade romaine, patate douce 524 kcal 2170 kJ céleri, Gluten, Moutarde, Oeuf, 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	<u>Plat vegan</u> Wok thaïlandais végétarien (flageolets, chou paksoi, champignons) Riz basmati 705 kcal 2946 kJ	<u>Plat végété</u> Croquettes au fromage faites maison Salade mixte 850 kcal 3553 kJ	<u>Plat vegan</u> Tagliatelle aux petits pois, tofu et pesto 813 kcal 3400 kJ	<u>Plat végété</u> Quiche au potiron, fête, coriandre et noix 854 kcal 3570 kJ

	Céleri, Gluten, (blé), Lait	Céleri, Fruits à coque, (noix de cajou), Gluten, (blé), Soja	Gluten, Lait, Œuf	Céleri, Gluten, (blé), (seigle)	Gluten, (blé), Fruits à coque, Lait, Œuf
Plat Brasserie ou Grill	Plat brasserie Boulettes à la sauce tomate, pdt frites 660 kcal 2763 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf	Plat brasserie Carbonnade à la flamande Pdt purée 543 kcal 2276 kJ Céleri, Gluten, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfités	Grillade Steack grillé, Sauce roquefort, Pommes frites 853 kcal 3565 kJ Céleri, Gluten, (blé), Sulfités	Plat brasserie Vol-au-vent, riz 491 kcal 2065 kJ Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf	Grillade Mixed grill, pdt en chemise, beurre à l'ail 735 kcal 3072 kJ Céleri, Gluten, (blé), (seigle), Lait, Moutarde, Oeuf, Sulfités
Légumes chauds	Petits pois carotte, Betterave rouge, potiron	Poivronnade, Légumes wok, petit légumes	Carottes à la parisienne, Choux frisés, champignons sautés	Choux-fleurs, Haricots princesse, chicons	Brocolis, Panais, poireaux
Pâtes	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	2 choix de pâtes 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)
Sauce classique	Bolognaise 380 kcal 1587 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf	Bolognaise 380 kcal 1587 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf	Bolognaise 380 kcal 1587 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf	Bolognaise 380 kcal 1587 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf	Bolognaise 380 kcal 1587 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf
Sauce végétarienne	Peperonata (poivronnade) 46 kcal 192 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja	Peperonata (poivronnade) 46 kcal 192 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja	Peperonata (poivronnade) 46 kcal 192 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja	Peperonata (poivronnade) 46 kcal 192 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja	Peperonata (poivronnade) 46 kcal 192 kJ Céleri, Gluten, (blé), soja



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.