

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 7 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	14-02-22	15-02-22	16-02-22	17-02-22	18-02-22
	<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>	28 kcal 117 kJ Céleri	31 kcal 132 kJ Céleri	35 kcal 145 kJ Céleri	60 kcal 207 kJ Céleri	36 kcal 152 kJ Céleri
<i>Plat du jour</i>	Cuisse de poulet, jus de viande, blé  857 kcal 3569 kJ  Gluten, céleri, Lait, soja, moutarde	Filet de colin, sauce au pesto, flan de poireaux, quinoa  667 kcal 2786 kJ  céleri, Gluten, œufs, crustacé, Lait, poisson	Escalope de porc, sauce aux oignons, pdt vapeur  412 kcal 1728 kJ  Céleri, Gluten, moutarde, œufs, soja, Lait,	<u>Plat végé</u> Risotto de quorn au céleri rave  515 kcal 2158 kJ  Céleri, sésame, lait, Œuf	Saumon au four, jus de poisson, pdt purée  565 kcal 2365 kJ  Celeri, lait, Poissons, crustacés
<i>Plat Smart</i>	Bœuf sauté aux poivrons, riz pilaff  551 kcal 2315 kJ  céleri, Gluten, Lait, moutarde, soja	<u>Plat végé</u> Steack de légumes, potée aux scaroles  523 kcal 2196 kJ  céleri, Gluten, oeufs, Lait, moutarde, soja	Rôti de dinde, sauce au bleu, chmpignons sautés, pdt purée  233 kcal 977 kJ  Céleri, gluten, soja, Lait	Paupiette de veau, haricots provençal, pdt nature  645 kcal 2704 kJ  Céleri, Gluten, Lait, oeufs	Escalope de dinde, sauce aioli, courgette, riz  1032 kcal 4309 kJ  Céleri, moutarde, oeufs, Lait
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végé</u> Omelette de légumes chakchouka, coulis aux herbes, pdt nature  393 kcal 1634 kJ	<u>Plat vegan</u> Asian wok, quorn et céleri, riz basmati  685 kcal 2965 kJ	<u>Plat végé</u> Gratin de légumes à la polenta, salade mixte  426 kcal 1784 kJ	<u>Plat vegan</u> Ragout de lentilles rouge et champignons  519 kcal 2165 kJ	<u>Plat végé</u> Quiche aux broccolis et feta  854 kcal 3570 kJ

	Céleri, Gluten, moutarde, oeufs, Lait	Céleri, Gluten, lait, oeufs, Soja	céleri, Lait, Œuf, soja	Céleri, soja	Gluten, (blé), Fruits à coque, Lait, Œuf
<b>Plat Brasserie ou Grill</b>	<u>Plat brasserie</u> Boulettes à la sauce tomate, pdt frites  660 kcal 2763 kJ  Gluten, (blé), Lait, Œuf	<u>Plat brasserie</u> Carbonnade à la flamande Pdt purée  543 kcal 2276 kJ  Céleri, Gluten, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfités	<u>Grillade</u> Steak grillé, Sauce béarnaise, Pommes frites  853 kcal 3565 kJ  Céleri, Gluten, (blé), Sulfités	<u>Plat brasserie</u> Vol-au-vent, riz  491 kcal 2065 kJ  Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf	<u>Grillade</u> Mixed grill, pdt en chemise, beurre à l'ail  735 kcal 3072 kJ  Céleri, Gluten, (blé), (seigle), Lait, Moutarde, Oeuf, Sulfités
<b>Légumes chauds</b>	Petits pois, chicons, haricot beurre	Chou de savoie, salsifis, chou fleur	Carottes-navet, potiron, poireaux	Choux rouge, Panais, chou de bxl	Brocolis, Poireaux, Carotte
<b>Pâtes</b>	<b>2 choix de pâtes</b>  259 kcal 1087 kJ  Gluten, (blé), (seigle)	<b>2 choix de pâtes</b>  259 kcal 1087 kJ  Gluten, (blé), (seigle)	<b>2 choix de pâtes</b>  259 kcal 1087 kJ  Gluten, (blé), (seigle)	<b>2 choix de pâtes</b>  259 kcal 1087 kJ  Gluten, (blé), (seigle)	<b>2 choix de pâtes</b>  259 kcal 1087 kJ  Gluten, (blé), (seigle)
<b>Sauce classique</b>	<b>Carbonara</b> 717 3002 celeri, Gluten, lait œufs	<b>Carbonara</b> 717 3002 celeri, Gluten, lait œufs	<b>Carbonara</b> 717 3002 celeri, Gluten, lait œufs	<b>Carbonara</b> 717 3002 celeri, Gluten, lait œufs	<b>Carbonara</b> 717 3002 celeri, Gluten, lait œufs
<b>Sauce végétarienne</b>	<b>Gorgonzola et noix</b> 599 2508 Céleri, Gluten, lait œufs, noix	<b>Gorgonzola et noix</b> 599 2508 Céleri, Gluten, lait œufs, noix	<b>Gorgonzola et noix</b> 599 2508 Céleri, Gluten, lait œufs, noix	<b>Gorgonzola et noix</b> 599 2508 Céleri, Gluten, lait œufs, noix	<b>Gorgonzola et noix</b> 599 2508 Céleri, Gluten, lait œufs, noix