

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 8 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	21-02-22	22-02-22	23-02-22	24-02-22	25-02-22
	<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>	30 kcal 126 kJ Céleri, gluten, soja	203 kcal 849 kJ Céleri, gluten, soja	44 kcal 182 kJ Céleri, gluten, soja, lait	29 kcal 125 kJ Céleri, gluten, soja	23 kcal 99 kJ Céleri, gluten, soja
<i>Plat du jour</i>	Rôti de bœuf, sauce moutarde, pdt vapeur 375 kcal 1574 kJ Céleri, Lait, Moutarde	Tartiflette maison, salade mixte 1000 kcal 4000 kJ Céleri, Gluten, Lait, œufs, moutarde, Soja	Escalope de veau, sauce à l'orange, pdt ciboulette 819 kcal 3426 kJ Céleri, Gluten, Œuf, lait, moutarde, soja	<u>Plat végété</u> Loempia, sauce aigre douce, riz 608 kcal 2555 kJ Céleri, Gluten, lait, moutarde, soja	Merlu pané, sauce tartare, pomme nature 865 kcal 3596 kJ céleri, Gluten, Lait, Poissons, moutarde, œufs
<i>Plat Smart</i>	Saucisse de campagne, jus de viande, potée aux carottes 550 kcal 2301 kJ celeri, gluten, Lait, soja	<u>Plat végété</u> Boulettes, risotto de feta et tomate, sauce aux champignons 515 kcal 2158 kJ Céleri, gluten, Lait, soja	Burger de poulet, légumes méditerranéen, riz au coco 625 kcal 2622 kJ Céleri, Gluten, moutarde, œufs	Bœuf mijoté à la niçoise, légumes de printemps, pommes persillées 478 kcal 2011 kJ Céleri, Gluten, Lait, soja	Filet de poulet à l'italienne, aubergine à l'ail, purée aux olives 597 kcal 2508 kJ céleri, Gluten, Lait, moutarde, œufs
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végété</u> Pain bun au burgers de quorn, crudités, quinoa 651 kcal 2725 kJ	<u>Plat vegan</u> Waterzooi au quorn 583 kcal 2430 kJ	<u>Plat végété</u> Falafel, chou blanc au pesto, riz 1106 kcal 4614 kJ	<u>Plat vegan</u> Ragout de lentilles au petit légumes, purée à l'huile 519 kcal 2165 kJ	<u>Plat végété</u> Risotto végétarien au quorn (céleris-raves, fenouil) 513 kcal 2152 kJ

	Céleri, Gluten, Soja, lait	Céleri, Gluten, lait	celeri, graine de sesame, Gluten, soja, lait	Céleri, gluten, soja	Céleri, Gluten, (blé), Lait, Oeuf, Graines de sésame, Sulfites
Plat Brasserie ou Grill	Plat brasserie Boulettes à la sauce tomate, pdt frites	Plat brasserie Carbonnade à la flamande Pdt purée	Grillade Steack, sauce poivre, 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
Légumes chauds	haricots verts, céleri rave, épinards	chou de bxl, légumes grillés, navet	carotte, potiron sauté, petit pois	légumes wok, salsifis, chou frisé	fenouil, endives, 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 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	Bolognaise 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	Bolognaise 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	Bolognaise 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	Bolognaise 264 kcal 1106 kJ Gluten, céleri, (blé), Lait, soja
Sauce végétarienne	sauce 4 fromage 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs	sauce 4 fromage 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs	sauce 4 fromage 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs	sauce 4 fromage 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs	sauce 4 fromage 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs

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. 

