

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 9 : <u>Chez Théo</u> (11h30-14h15)				
	28-02-22	01-03-22	02-03-22	03-03-22	04-03-22
	<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>	Pain de viande, sauce pita, pâtes grecque  726 kcal 3039 kJ Céleri, gluten, Lait, Moutarde, œufs, soja	Brochette de campagne, sauce béarnaise, pdt vapeur  896 kcal 3716 kJ Céleri, Gluten, Lait	Cordon bleu, sauce espagnole, pdt nature  598 kcal 2506 kJ Céleri, Gluten, lait, soja	<u>Plat végé</u> Chiliwrap de quorn aux légumes croquant  608 kcal 2555 kJ Céleri, Gluten, lait, moutarde, soja	Cabillaud riviera, sauce aneth, pdt à l'huile d'olive  504 kcal 2104 kJ céleri, Gluten, Lait, Poissons, crustacés
<i>Plat Smart</i>	Merlan, sauce moutarde, julienne de légumes, pdt purée  365 kcal 1536 kJ celeri, gluten, Lait, poisson, moutarde	<u>Plat végé</u> Cannelloni aux légumes  525 kcal 2193 kJ Céleri, gluten, Lait, soja, œufs	Burger de veau, jus de viande, salade de haricots verts, blé  851 kcal 2548 kJ Céleri, Gluten, moutarde, œufs, lait, soja	Epigramme d'agneau, sauce aux herbes, aubergines sautées, semoule de blé  1013 kcal 4246 kJ Céleri, Gluten, Lait	Filet de poulet, sauce curry, riz aux ananas  536 kcal 2263 kJ céleri, Gluten, Lait, moutarde
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végé</u> Frittata de légumes, coulis de poivrons rouge  651 kcal 2725 kJ	<u>Plat vegan</u> Pot au feu d'hiver au seitan  583 kcal 2430 kJ	<u>Plat végé</u> Tajine marocaine au falafel  1106 kcal 4614 kJ	<u>Plat vegan</u> wok thaï au curry et coco et tofu  519 kcal 2165 kJ	<u>Plat végé</u> Polenta à la ratatouille de légumes  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
<b>Plat Brasserie ou Grill</b>	<b>Plat brasserie</b> Boulettes à la sauce tomate, pdt frites	<b>Plat brasserie</b> Carbonnade à la flamande Pdt purée	<b>Grillade</b> Steack, sauce archiduc, pdt frites	<b>Plat brasserie</b> Vol-au-vent, riz	<b>Grillade</b> 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
<b>Légumes chauds</b>	broccoli, céleri rave, épinards	chou de bxl, chicons, navet	carotte, jardinière de légumes, petit pois	légumes wok, betterave rouge, chou romanesco	panais, haricots beurre, poireaux
<b>Pâtes</b>	2 choix de pâtes	2 choix de pâtes	2 choix de pâtes	2 choix de pâtes	2 choix de pâtes
	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)
<b>Sauce classique</b>	<b>Scampis - poireaux - citron</b> 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	<b>Scampis - poireaux - citron</b> 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	<b>Scampis - poireaux - citron</b> 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	<b>Scampis - poireaux - citron</b> 587 kcal 2454 kJ céleri, oeufs, Lait, soja	<b>Scampis - poireaux - citron</b> 264 kcal 1106 kJ Gluten, céleri, (blé), Lait, soja
<b>Sauce végétarienne</b>	<b>Napolitaine</b> 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs	<b>Napolitaine</b> 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs	<b>Napolitaine</b> 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs	<b>Napolitaine</b> 716 kcal 2995 kJ Gluten, lait, œufs	<b>Napolitaine</b> 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. 

