

Normal	
Régime	

Livraison : Lundi → Mardi
 Mardi → Mercredi
 Mercredi → Jeudi
 Jeudi → Vendredi + Samedi
 Vendredi → Dimanche + Lundi

**A L'EXCEPTION
DES JOURS
FERIES**

Nom

Adresse.....

Tél

**MARS
2021**



Veillez indiquer par jour vos choix : le plat du jour : chaud, froid, substitution ou **végétarien**

		nbre	***** du lundi 01 au dimanche 07 *****
Lu 01	Chaud		Rôti de dinde, sauce stroganoff, petits pois à la française, pdt nature
	Froid		Salade grecque (feta).
Ma 02	Chaud		Boulettes, sauce tomate, haricots, pâtes grecque
	Froid		Terrine de poisson, crudités , pdt
Me 03	Chaud		Filet de poulet braisé, sauce créole, riz
	Froid		Filet américain, crudités, salade de pommes de terre
Je 04	Chaud		Sauté de porc, chou- fleur à la crème, pdt nature
	Froid		Salade toscane
Ve 05	Chaud		Filet de poisson poché, sauce ostendaise, carottes vichy, pdt nature
	Froid		Salade niçoise
Sa 06	Chaud		Pâtes sauce 4 fromages, dés de dinde, pois, fromage râpé
	Froid		Salade de poulet, crudités, salade de pommes de terre
Di 07	Chaud		Pavé de dindonneau, sauce au thym, chou de Bruxelles, purée
	Froid		Assiette Anglaise, crudités, salade de pommes de terre
Sub de la semaine			Brochette de porc, sauce foyot, céleri raves à la crème, pdt nature
Végétarien			Saucisse végétarienne, sauce foyot, céleri raves à la crème, pdt nature

		nbre	***** du lundi 08 au dimanche 14 *****
Lu 08	Chaud		Jambon braisée, sauce aux grains de moutarde, potée de brocolis
	Froid		Terrine de campagne, crudités, pdt
Ma 09	Chaud		Oiseau sans tête, ratatouille, pdt nature
	Froid		Riz cantonnais
Me 10	Chaud		Gyros de porc, salade mixte- dressing, ebyl
	Froid		Filet américain, crudités, salade de pommes de terre
Je 11	Chaud		Cuisse de poulet, sauce curry, ananas, riz
	Froid		Pêche au thon, crudités, salade de pommes de terre
Ve 12	Chaud		Poisson pané, ketchup, haricots beurre, pdt nature
	Froid		Roulade Argenteuil, crudités, pdt nature
Sa 13	Chaud		Pâtes, sauce puttanesco, fromage râpé
	Froid		Filet de hareng, macédoine, salade de pommes de terre
Di 14	Chaud		Gratin chicons, purée
	Froid		Poulet hawaii, crudités, riz
Sub de la semaine			Rôti de porc, épinards, pdt nature, sauce champignons
Végétarien			Burger soja, épinards, pdt nature, sauce champignons

		nbre	***** du lundi 15 au dimanche 21 *****
Lu 15	Chaud		Emincé de porc, sauce fines herbes, stoemp aux carottes
	Froid		Assiette Anglaise, crudités, salade de pommes de terre
Ma 16	Chaud		Burger d'agneau, couscous aux légumes
	Froid		Jambon hawaïen, crudités, pdt
Me 17	Chaud		Cordon bleu, sauce provençale, pâtes grecque
	Froid		Filet américain, crudités, salade de pommes de terre

Je 18	<i>Chaud</i>		Pain de viande de lapin, chou blanc béchamel, pdt nature
	Froid		Salade de saumon, crudités, pdt
Ve 19	<i>Chaud</i>		Poisson poché, sauce beurre citronné, courgettes, purée
	Froid		Rôti de porc, crudités, salade de pommes de terre
Sa 20	<i>Chaud</i>		Spaghetti bolognaise, fromage râpé
	Froid		Tomate mozzarella
Di 21	<i>Chaud</i>		Gigot d'agneau, sauce à l'ail, flageolets, rösti
	Froid		Salade de crevettes roses, crudités, pdt
Sub de la semaine			Vol au vent, champignons, riz
Végétarien			Vol au vent, corn, champignons, riz

		<i>nbre</i>	***** du lundi 22 au dimanche 28 *****
Lu 22	<i>Chaud</i>		Filet de poulet braisé, duo de carottes, pdt nature
	Froid		Salade grecque (feta)
Ma 23	<i>Chaud</i>		Chipolata, sauce viande, compote de pommes, pdt nature
	Froid		Terrine de campagne, crudités, condiments, pdt
Me 24	<i>Chaud</i>		Ragout de poulet marengo, gratin de pommes de terre
	Froid		Filet américain, crudités, salade de pommes de terre
Je 25	<i>Chaud</i>		Hamburger de bœuf, sauce charcutière, brocoli mix, pdt nature,
	Froid		Salade Marco polo
Ve 26	<i>Chaud</i>		Poisson pané, tartare, potée légumes printemps
	Froid		Salade de poulet, crudités, salade de pommes de terre
Sa 27	<i>Chaud</i>		Macaroni, jambon de dinde, fromage, fromage râpé
	Froid		Salade niçoise
Di 28	<i>Chaud</i>		Steak de bœuf, chicons braisé, pdt noisette
	Froid		Assiette Anglaise, crudités, salade de pommes de terre
Sub de la semaine			Oiseau sans tête, sauce viande, brocoli, pdt nature
Végétarien			Burger légumes, sauce viande, brocoli, pdt nature

		<i>nbre</i>	***** du lundi 29 au mercredi 31 *****
Lu 29	<i>Chaud</i>		Escalope viennoise, mix mexicain, pdt nature
	Froid		Terrine de poisson, crudités, pdt
Ma 30	<i>Chaud</i>		Saucisse de volaille, chou rouge aux pommes, pdt nature
	Froid		Tomate mozzarella
Mer 31	<i>Chaud</i>		Carbonnades à la flamande, pdt sautées
	Froid		Filet américain, crudités, salade de pommes de terre
Sub de la semaine			Filet de poulet, sauce Sambre et Meuse, ebyl
Végétarien			Boulettes sarrasin, sauce Sambre et Meuse, ebyl

Aux micro-ondes :

Pour réchauffer le potage et le plat : perforer le feuillet en plastique transparent et réchauffer au four micro-ondes durant 5 minutes au plus haut niveau.

Au four traditionnel :

Inutile d'enlever le film protecteur, placez le plat tel quel dans le four préchauffé à 100° pendant 20 minutes. Pour le potage : à réchauffer dans un poêlon ou aux micro-ondes.

La première commande ne pourra être fournie que minimum 4 jours ouvrables après l'inscription auprès du « Service ». Le même délai devra être respecté pour toute modification de commande.



E-mail : servicerepas@uccl.brussels

Tél : 02/348.68.19