

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 48 : Erasme (11h30-14h15)				
	28-11-22	29-11-22	30-11-22	01-12-22	02-12-22
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>Soupe du jour</i>	<u>Soupe du jour</u>				
<i>Potage alternatif 100% végétarien</i>	Brocolis 28 kcal 117 kJ Céleri, gluten, soja	Cerfeuil 31 kcal 132 kJ Céleri, gluten, soja	Salsifis 36 kcal 145 kJ Céleri, gluten, soja, lait	Concombre 28 kcal 117 kJ Céleri, gluten, soja	Tomate et banane 26 kcal 152 kJ Céleri, gluten, soja
<i>Plat du jour</i>	Salade liégeoise 554 kcal 2306 kJ celeri, Gluten, Lait	Kefta, sauce au yaourt, blé aux raisins 853 kcal 2569 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja, œufs, fruit à coque	Poulet mariné, riz au citron vert et coco 592 kcal 2487 kJ Céleri, Gluten, Œuf, lait, moutarde, soja	<u>Plat végété</u> Curry indien au filet de quorn, riz basmati 561 kcal 2337 kJ Céleri, Gluten, soja	Fish sticks, sauce tartare, salade de saison, pdt persillées 772 kcal 3212 kJ céleri, Gluten, Poissons, œufs
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végété</u> Gratin de légumes à l'italienne 583 kcal 2442 kJ Céleri, Gluten, lait, oeufs	<u>Plat vegan</u> Poivrons farçis aux lentilles, quinoa 583 kcal 2430 kJ Céleri, Gluten, lait, fruit à coque, œufs, moutarde, soja	<u>Plat végété</u> Gratin de légumes et polenta 426 kcal 1784 kJ celeri, Gluten, soja, œufs	<u>Plat vegan</u> Ragout de quorn au céleri rave 519 kcal 2165 kJ Céleri, gluten, soja, graine de sésame, lait, œufs	<u>Plat végété</u> Chevre au miel et noix, salade mixte, pdt nature (céleris-raves, fenouil) 583 kcal 2430 kJ Céleri, Gluten, Lait, noix
<i>Plat Brasserie ou Grill</i>	<u>Plat brasserie</u> Boulettes à la sauce tomate, pdt frites 660 kcal 2763 kJ	<u>Plat brasserie</u> Carbonnade à la flamande Pdt purée 543 kcal 2276 kJ	<u>Grillade</u> Steak de bœuf, sauce choron, pdt frites 1012 kcal 4230 kJ	<u>Plat brasserie</u> Vol-au-vent, riz 491 kcal 2065 kJ	<u>Grillade</u> Mixed grill, pdt au four, beurre à l'ail 866 kcal 3623 kJ

	Gluten, (blé), Lait, Œuf	Céleri, Gluten, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites	Sulfites, Lait, Œuf	Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf	Céleri, Gluten, (blé), (orge), Lait, Sulfites
Légumes chauds	Carottes, choux fleur gratiné, haricots beurre	Brocolis, carotte au cumin, salsifis	Poêlée de légumes, Petit pois, chou rouge	Poivronnade, légumes wok, chou chinois	Broccoli, poireaux, potiron
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 512 kcal 2105 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten	Bolognaise 512 kcal 2105 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten	Bolognaise 512 kcal 2105 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten	Bolognaise 512 kcal 2105 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten	Bolognaise 512 kcal 2105 kJ céleri, oeufs, Lait, gluten
Sauce végétarienne	4 fromage 701 kcal 2993 kJ Gluten, lait, œufs	4 fromage 701 kcal 2993 kJ Gluten, lait, œufs	4 fromage 701 kcal 2993 kJ Gluten, lait, œufs	4 fromage 701 kcal 2993 kJ Gluten, lait, œufs	4 fromage 701 kcal 2993 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.