

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 50 : Erasme (11h30-14h15)				
	12-12-22	13-12-22	14-12-22	15-12-22	16-12-22
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>Soupe du jour</i>	<u>Soupe du jour</u>				
<i>Potage alternatif 100% végétarien</i>	35 kcal 148 kJ Céleri, gluten, soja	64 kcal 268 kJ Céleri, gluten, soja	146 kcal 607 kJ Céleri, gluten, soja, lait	36 kcal 152 kJ Céleri, gluten, soja	146 kcal 607 kJ Céleri, gluten, soja, lait
<i>Plat du jour</i>	Hamburger de bœuf, sauce chili, pdt grenaille 615 kcal 2570 kJ Céleri, Gluten, Lait, oeufs, soja, Moutarde	Pain de viande à l'italienne, coulis de poivrons, pomme noisette 779 kcal 3265 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja, oeufs, moutarde	Couscous Royal 515 kcal 2158 kJ Céleri, Gluten, Lait, soja	Calamares à la romaine, sauce tartare, pdt rissolées 432 kcal 1808 kJ Céleri, Gluten, cajou, soja	Chipolata de poulet, sauce à l'ail, pdt ciboulette 685 kcal 2866 kJ Gluten, (blé), Lait, Poissons
<i>Plat Veggie</i>	<u>Plat végété</u> Falafel, upma bulgur salad 702 kcal 2947 kJ Céleri, Gluten, Lait, Soja, fruit à coques	<u>Plat vegan</u> Feta au four, sauté de poivrons, pâtes grecque 583 kcal 2430 kJ Céleri, Gluten, lait	<u>Plat végété</u> Mélange de riz, quinoa et lentilles haricots verts 1362 kcal 5701 kJ celeri, graine de sesame, Gluten, soja	<u>Plat vegan</u> Tagine de pois chiches, semoule 552 kcal 2322 kJ Céleri, amandes, Lait, gluten, soja	<u>Plat végété</u> Risotto végétarien au quorn (céleris-raves, fenouil) 513 kcal 2152 kJ Céleri, Gluten, (blé), Lait, Oeuf, Graines de sésame, Sulfités
<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 boeuf, sauce aux poivres, 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, endives à la crème, haricot vert	céleri rave, poivrons, petit pois	Aubergine, chou chinois, duo de carottes	Poêlée de champignons, choux romanesco, légumes wok	poireaux, chou fleur, brocoli
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	Bolognaise 512 kcal 2105 kJ céleri	Bolognaise 512 kcal 2105 kJ céleri	Bolognaise 512 kcal 2105 kJ céleri	Bolognaise 512 kcal 2105 kJ céleri
Sauce végétarienne	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait	Ricotta et basilic 499 kcal 2092 kJ Gluten, lait

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. 