


ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 41 : Erasme (11h30-14h15)				
	10-10-22	11-10-22	12-10-22	13-10-22	14-10-22
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>Soupe du jour</i>	<u>Soupe du jour</u>				
<i>Potage alternatif 100% végétarien</i>	<p><b>Navets</b></p> <p>48 kcal 201 kJ</p> <p>Céleri</p>	<p><b>Minestrone</b></p> <p>89 kcal 374 kJ</p> <p>Céleri</p>	<p><b>Epinards</b></p> <p>36 kcal 153 kJ</p> <p>Céleri</p>	<p><b>Oignon</b></p> <p>30 kcal 120 kJ</p> <p>Céleri</p>	<p><b>Endives</b></p> <p>33 kcal 140 kJ</p> <p>Céleri</p>
<i>Plat du jour</i>	<p><b>Bœuf bourguignon (Carottes), Pdt purée persillée</b></p> <p>576 kcal 2408 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites</p>	<p><b>Côte de porc poêlée, Jus de viande au romarin, Boulghour aux raisins et amandes</b></p> <p>755 kcal 3165 kJ</p> <p>Céleri, Fruits à coque, (amandes), Gluten, (blé), (seigle), (orge), Lait, Sulfites</p>	<p><b>Tajine de poulet, citron et olives (haricots princesse, carottes, navets) Semoule de blé</b></p> <p>735 kcal 3082 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), Lait, Œuf</p>	<p><b>Plat végété Gratiné de légumes Riz complet</b></p> <p>634 kcal 2650 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), Lait, Œuf</p>	<p><b>Filet de colin florentine (épinards) , pdt purée</b></p> <p>568 kcal 2374 kJ</p> <p>Gluten, (blé), Lait, Poissons</p>
<i>Plat Veggie</i>	<p><b>Plat végété Sauté de soja et quorn, sauce au vin rouge, stoemp aux épinards</b></p> <p>342 kcal 1424 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Oeuf, Soja, Sulfites</p>	<p><b>Plat vegan Indian curry aux pois chiches et noix de cajou (poivrons, haricots) Riz basmati</b></p> <p>698 kcal 2906 kJ</p> <p>Céleri, Fruits à coque, (noix de cajou), Gluten, (blé), Moutarde</p>	<p><b>Plat végété Quesadilla au brie, cerneaux de noix et miel, salade mixte</b></p> <p>612 kcal 2567 kJ</p> <p>Fruits à coque, (noix), Gluten, (blé), Lait</p>	<p><b>Plat vegan Cassoulet au seitan, pdt grenaille</b></p> <p>462 kcal 1930 kJ</p> <p>Céleri, Fruits à coque, (noix), Lait</p>	<p><b>Plat végété Risotto végétarien au quorn (céleris-raves, fenouil)</b></p> <p>513 kcal 2152 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, (blé), Lait, Oeuf, Graines de sésame, Sulfites</p>
<i>Plat Brasserie ou Grill</i>	<p><b>Plat brasserie Boulettes à la sauce tomate, pdt frites</b></p> <p>660 kcal 2763 kJ</p>	<p><b>Plat brasserie Carbonnade à la flamande Pdt purée</b></p> <p>543 kcal 2276 kJ</p>	<p><b>Grillade Steak de bœuf, sauce béarnaise, pdt frites</b></p> <p>1012 kcal 4230 kJ</p>	<p><b>Plat brasserie Vol-au-vent, riz</b></p> <p>491 kcal 2065 kJ</p>	<p><b>Grillade Mixed grill, pdt grenaille, beurre à l'ail</b></p> <p>866 kcal 3623 kJ</p>


	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
<b>Légumes chauds</b>	<b>Carottes, panais, épinards</b>	<b>Brocolis, aubergines, choux rouges aux pommes*</b>	<b>Haricots princesse, navets, chou chinois</b>	<b>Courgette, endives, choux romanesco</b>	<b>Haricot beurre, fenouil, poireaux</b>
<b>Pâtes</b>	<b>2 choix de pâtes</b> 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	<b>2 choix de pâtes</b> 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	<b>2 choix de pâtes</b> 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	<b>2 choix de pâtes</b> 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)	<b>2 choix de pâtes</b> 259 kcal 1087 kJ Gluten, (blé), (seigle)
<b>Sauce classique</b>	<b>Bolognaise</b> 264 kcal 1106 kJ Gluten, céleri, (blé), Lait, soja	<b>Bolognaise</b> 264 kcal 1106 kJ Gluten, céleri, (blé), Lait, soja	<b>Bolognaise</b> 264 kcal 1106 kJ Gluten, céleri, (blé), Lait, soja	<b>Bolognaise</b> 264 kcal 1106 kJ Gluten, céleri, (blé), Lait, soja	<b>Bolognaise</b> 264 kcal 1106 kJ Gluten, céleri, (blé), Lait, soja
<b>Sauce végétarienne</b>	<b>Napolitaine</b> 40 kcal 167 kJ Céleri	<b>Napolitaine</b> 40 kcal 167 kJ Céleri	<b>Napolitaine</b> 40 kcal 167 kJ Céleri	<b>Napolitaine</b> 40 kcal 167 kJ Céleri	<b>Napolitaine</b> 40 kcal 167 kJ Céleri

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. 