

ULB - Université Libre de Bruxelles	Semaine 49 : ERASME (11h30-14h15)				
	05-12-22	06-12-22	07-12-22	08-12-22	09-12-22
	<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>	<p>Carottes et poivrons</p> <p>29 kcal 122 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Bouillon de légumes</p> <p>34 kcal 145 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Tomate</p> <p>30 kcal 127 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Poireaux</p> <p>27 kcal 113 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja</p>	<p>Petit pois</p> <p>68 kcal 289 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja, lait</p>
<i>Plat du jour</i>	<p>Lasagne de saumon</p> <p>499 kcal 2065 kJ</p> <p>Gluten, Lait, œufs, poisson</p>	<p>Rôti de porc, jus de viande, pdt nature</p> <p>642 kcal 2679 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, Soja</p>	<p>Tartiflette, crudités</p> <p>696 kcal 2909 kJ</p> <p>Céleri, moutarde, Lait</p>	<p><u>Plat végété</u> Roulade d'aubergines gratinée</p> <p>685 kcal 2865 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, Œuf, soja</p>	<p>Merlu, sauce au pesto, purée aux tomates confites</p> <p>837 kcal 3487 kJ</p> <p>Lait, Poissons, moutarde</p>
<i>Plat Veggie</i>	<p><u>Plat végété</u> Paëlla de légumes</p> <p>523 kcal 2189 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Soja</p>	<p><u>Plat vegan</u> Boulettes sauce tomate</p> <p>581 kcal 2433 kJ</p> <p>Céleri, moutarde, sésame, œufs, soja, Gluten</p>	<p><u>Plat végété</u> Tortillas aux poivrons et petit pois et tofu</p> <p>604 kcal 2526 kJ</p> <p>œufs, Lait</p>	<p><u>Plat vegan</u> Parmentier de légumes</p> <p>376 kcal 1574 kJ</p> <p>Céleri, gluten, soja, Lait</p>	<p><u>Plat végété</u> Quiche aux patates douces et oignon</p> <p>738 kcal 3072 kJ</p> <p>Céleri, Gluten, Lait, Oeuf,</p>
<i>Plat Brasserie ou Grill</i>	<p><u>Plat brasserie</u> Boulettes sauce lapin, pdt frites</p> <p>660 kcal</p>	<p><u>Plat brasserie</u> Carbonnade à la flamande Pdt purée</p> <p>543 kcal</p>	<p><u>Grillade</u> Steak de bœuf, sauce béarnaise, pdt frites</p> <p>1012 kcal</p>	<p><u>Plat brasserie</u> Vol-au-vent, riz</p> <p>491 kcal</p>	<p><u>Grillade</u> Mixed grill, pdt au four, beurre à l'ail</p> <p>866 kcal</p>

	2763 kJ Gluten, (blé), Lait, Œuf	2276 kJ Céleri, Gluten, (blé), (seigle), (orge), (avoine), Lait, Lupin, Moutarde, Sulfites	4230 kJ Sulfites, Lait, Œuf	2065 kJ Gluten, (blé), Lait, Moutarde, Œuf	3623 kJ Céleri, Gluten, (blé), (orge), Lait, Sulfites
<i>Légumes chauds</i>	Navets et Carottes, céleri rave, épinards	Brocolis, petit pois, poivrons	Haricots princesse, poireaux, chou savoie	endives, légumes romanesco, tomate au four	Jardinière de légumes, chou de Bxl, aubergine
<i>Pâtes</i>	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)
<i>Sauce classique</i>	Puttanesca 379 kcal 1591 kJ Gluten, céleri, poissons, Lait, soja	Puttanesca 379 kcal 1591 kJ Gluten, céleri, poissons, Lait, soja	Puttanesca 379 kcal 1591 kJ Gluten, céleri, poissons, Lait, soja	Puttanesca 379 kcal 1591 kJ Gluten, céleri, poissons, Lait, soja	Puttanesca 379 kcal 1591 kJ Gluten, céleri, poissons, Lait, soja
<i>Sauce végétarienne</i>	Chèvre, olives, basilic 970 kcal 4062 kJ Gluten, lait, œufs	Chèvre, olives, basilic 970 kcal 4062 kJ Gluten, lait, œufs	Chèvre, olives, basilic 970 kcal 4062 kJ Gluten, lait, œufs	Chèvre, olives, basilic 970 kcal 4062 kJ Gluten, lait, œufs	Chèvre, olives, basilic 970 kcal 4062 kJ Gluten, lait, œufs