

OVOLACTOVEGETARIÀ, NO FRUITS SECS



Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Arròs ECO amb tomàquet Truita francesa amb amanida variada Fruita ECO de temporada	Amanida de pasta ECO Hamburguesa vegetal amb amanida variada Fruita ECO de temporada	Saltat de cigrons ECO Truita de patates amb amanida variada logurt ECO a granel	FESTIU	Amanida russa s/peix Tofu en salsa amb amanida variada Fruita ECO de temporada
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17. Dia de proteïna vegetal	Dijous 18	Divendres 19
Macarrons ECO amb oli d'oliva verge extra i orenga Truita de carbassó amb amanida variada Fruita ECO de temporada	Trinxat de verdura de temporada amb patata Seitan encebata amb amanida variada Fruita ECO de temporada	Crema tèbia de verdures de temporada Empedrat de mongetes blanques ECO Fruita ECO de temporada	Amanida d'enciam, tomàquet i cogombre Arròs ECO amb tofu logurt ECO a granel	Crema de llegum ECO Truita francesa amb amanida variada Fruita ECO de temporada
Dilluns 22	Dimarts 23. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
Espaguetis ECO al pesto de bledes Truita de ceba caramel·litzada amb amanida variada Fruita ECO de temporada	Verdura de temporada amb patata Guisat de llenties amb arròs ECO Fruita ECO de temporada	FESTIU	Risotto ECO de carbassó Truita francesa amb amanida variada logurt ECO a granel	Guisat de cigrons ECO amb verdures Seitan rostit amb salsa de poma i cuscús Fruita ECO de temporada
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
Arròs ECO amb verdures Truita de formatge amb amanida variada Fruita ECO de temporada	Amanida de pasta ECO Hamburguesa vegetal amb amanida variada Fruita ECO de temporada	Guisat de mongetes blanques ECO i verdures Falàfel and chips amb amanida variada Fruita ECO de temporada	Crema de verdures de temporada Llegum saltejat amb amanida variada logurt ECO a granel	Verdura de temporada amb patata Fideus ECO a la cassola amb tofu Fruita ECO de temporada

