

VEGETARIÀ

menú

ABRIL i MAIG

ESCOLA: CASSIÀ COSTAL

DILLUNS 4 ABRIL/30 MAIG

Ensaladilla russa (mongeta verda, pastanaga, pèsols i patata)
Hamburguesa vegetal amb salsa fina de ceba, tomata i pastanaga
Fruita de temporada

DIMARTS 5 ABRIL/3-31 MAIG

Espirals ECO amb sofregit de tomata, ceba i albergínia
Abril→Trita francesa
Maig→Trita de ceba i patata a/ enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

DIMECRES 6 ABRIL/4 MAIG

Estofat de verdures variades i llenties
Amanida completa(enciam, pastanaga, tomata, blat de moro i olives verdes)
Fruita de temporada

DIJOURS 7 ABRIL/5 MAIG

Arròs amb salsa de tomata
Croquetes de verdures i formatge amb enciam i tomàquet amanit
logurt ECO

DIVENDRES 8 ABRIL/6 MAIG

Cigrons ECO amb patata bullida i un raig d'oli d'oliva
Amanida completa amb fruits secs
Fruita de temporada

DILLUNS 9 MAIG

Espaguetis ECO amb salsa de tomata
Escalopa vegetal amb formatge i brocoli amb enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada

DIMARTS 10 MAIG

Minestra de verdures amb un raig d'oli d'oliva
Trita francesa amb enciam i tomata amanida
Fruita de temporada

DIMECRES 11 MAIG

Crema de xampinyons amb crostons de pa torrat
Fesolets amb picada d'all i julivert
logurt ECO

DIJOURS 12 MAIG

Amanida de llenties (tomàquet, ceba i tonyina)
Hamburguesa vegetal d'espínacs amb enciam, tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada

DIVENDRES 13 MAIG

Arròs a la cassola amb sofregit i verdures
Amanida completa(enciam, pastanaga, tomata, blat de moro , olives verdes i poma)
Fruita de temporada

DILLUNS 16 MAIG

Amanida d'arròs amb tomata fresca i olives negres
Trita francesa amb enciam i blat de moro
Fruita de temporada

DIMARTS 19 ABRIL/17 MAIG

Crema de carbassa
Quinoa amb verdures
Fruita de temporada

DIMECRES 20 ABRIL/18 MAIG

Abril→Fesolets i patata bullits
Maig→Mongeta blanca ECO amb patata bullida i un raig d'oli d'oliva
Tofu amb ceba, albergínia i pastanaga
Fruita de temporada

DIJOURS 21 ABRIL/19 MAIG

Patata, bròquil i pastanaga amb un raig d'oli d'oliva
Trita de carbassó i ceba amb enciam i tomata amanida
logurt ECO

DIVENDRES 22 ABRIL/20 MAIG

Abril→Hamburguesa vegetal amb mongetes
Maig→Macarrons integrals ECO amb sofregit casolà i soja texturitzada
Amanida completa
Fruita de temporada

DILLUNS 25 ABRIL/23 MAIG

Amanida de pasta amb daus de formatge
Croquetes de xampinyons i espínacs amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

DIMARTS 26 ABRIL/24 MAIG

Mongeta tendra, patata i pastanaga bullida amb un raig d'oli d'oliva
Tofu amb salsa fina de ceba, tomata, all...
Fruita de temporada

DIMECRES 27 ABRIL/25 MAIG

Arròs amb salsa de tomata
Mandonguilles vegetals amb enciam i pastanaga ratllada
logurt ECO

DIJOURS 28 ABRIL/26 MAIG

Fideus a la cassola amb verdures
Amanida completa amb ou dur(enciam, pastanaga, tomata, pebrot, blat de moro)
Fruita de temporada

DIVENDRES 29 ABRIL/27 MAIG

Llenties ECO guisades amb verdures
Amanida completa amb pipes de carbassa
Fruita de temporada