

VEGETARIÀ

menú

FEBRER I MARÇ

ESCOLA: CASSIÀ COSTAL

DILLUNS 6 FEB / 6 MARÇ

Arròs amb salsa de tomata
Trita francesa amb enciam i
pastanaga ratllada

Fruita de temporada

DIMARTS 7 FEB / 7 MARÇ

Febrer → Patata i bròquil amb
formatge i gratinat al forn
Març → Ensaladilla russa
Hamburguesa de llegums amb
enciam i olives

Fruita de temporada

DIMECRES 8 FEB / 8 MARÇ

Crema de xampinyons amb
crostons de pa torrat
Cigrons ECO estofats amb
verdures

Fruita de temporada

DIJOURS 9 FEB / 9 MARÇ

Amanida complerta (**enciam
ECO**, pastanaga, blat de moro, olives
i pipes)
Febrer → Fideus a la cassola
amb verdures i soja texturitzada
Març → Fideuà amb sofregit de
ceba, tomata i soja texturitzada
logurt ECO

Fesolets i patata bullits amb
un raig d'oli d'oliva
Carxofes amb pomesà amb
Enciam ECO i tomata
amanida

Fruita de temporada

DILLUNS 13 FEB / 13 MARÇ

Minestra de verdures bullida
amb un raig d'oli d'oliva
Hamburguesa de llegums
amb enciam i tomata
amanida

Fruita de temporada

DIMARTS 14 FEB / 14 MARÇ

Arròs amb salsa casolana de
tomata i ceba
Estofat amb tofu, verduretes i
xampinyons

Fruita de temporada

DIMECRES 15 FEB / 15 MARÇ

Escudella vegetal feta a
l'escola amb pistons
Trita de patata i ceba amb
enciam i olives

logurt ECO

DIJOURS 16 FEB / 16 MARÇ

Amanida complerta (enciam,
tomata, pastanaga, blat de moro i
poma)
Macarrons ECO integrals amb
sofregit casolà i soja texturitzada

Fruita de temporada

DIVENDRES 17 MARÇ

Crema de carbassó
Amanida de lleties (tomàquet,
ceba dolça i pastanaga) amb
vinagreta

Fruita de temporada

DILLUNS 20 MARÇ

Espaguetis a la napolitana
Croquetes de formatge
amb enciam i pastanaga
ratllada

Fruita de temporada

DIMARTS 21 FEB / 21 MARÇ

Patata i mongeta tendra bullida
Febrer → Hamburguesa de
llegums amb salsa fina de ceba,
all i pastanaga
Març → Trita francesa amb
carbassó arrebossat

Fruita temporada

DIMECRES 22 FEB / 22 MARÇ

Crema de verdures
Febrer → **Cigrons ECO** amb
salsa casolana de tomata i ou
dur
Març → Empedrat de
mongeta blanca ECO

Fruita de temporada

DIJOURS 23 FEB / 23 MARÇ

Arròs tres delícies
Tofu enfarinat amb salsa de
tomata, all i julivert

Fruita de temporada

DIVENDRES 24 FEB / 24 MARÇ

Escudella vegetal feta a l'escola
amb **fideus integrals ECO**
Febrer → Mandonguilles
vegetals amb salsa de tomata
Març → Milanesa de cigrons
amb enciam i blat de moro

logurt ECO

DILLUNS 27 FEB / 27 MARÇ

Arròs amb verduretes
Febrer → Trita de formatge
amb enciam i olives
Març → Ou dur amb tomata i
gratinats al forn

Fruita de temporada

DIMARTS 28 FEB / 28 MARÇ

Crema tèbia de carbassa
Fesolets amb xampinyons i
ceba

Fruita de temporada

DIMECRES 1-29 MARÇ

Amanida de pasta (olives,
pastanaga, blat de moro i daus
de formatge)
Hamburguesa de llegums amb
tomata amanida i pastanaga
ratllada

logurt ECO

DIJOURS 2-30 MARÇ

Estofat de patata, verdures i
pèsols
Canelons d'espinaacs gratinats
amb formatge al forn

Fruita de temporada

DIVENDRES 3-31 MARÇ

Lleties ECO estofades a foc
lent amb hortalisses
Croquetes de verdures amb
enciam i olives

Fruita de temporada