


MENÚ OVO-LACTEO-VEGETARIÀ Març 2018

DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
					<p>1 Tallarines amb salsa de tomàquet i gratinats amb formatge</p> <p>Proteïna vegetal al forn amb verdures i herbes provençals, i amb guarnició d'amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>2 Puré de verdures del temps</p> <p>Truita de ceba i patates amb guarnició d'amanida d'enciam i col llombarda</p> <p>logurt natural LA FAGEDA amb cereals de civada</p>		
					<p>5 Crema de pastanaga amb crostonets</p> <p>Proteïna vegetal al forn amb xampinyons i amb guarnició d'amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>6 Macarrons amb tomàquet</p> <p>Proteïna vegetal a la planxa amb guarnició d'amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>7 Amanida variada amb fruits secs</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>logurt ECOLÒGIC CARDEDEU amb sucre morè</p>
<p>12 Cous cous integral amb verduretes</p> <p>Truita de carbassó amb guarnició d'amanida d'enciam i sèsam torrat</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>13 Verdura bullida: mongeta tendra, patata i pastanaga</p> <p>Proteïna vegetal guisada amb olives i guarnició d'amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>14 Amanida variada amb poma i nous</p> <p>Patates guisades amb verdures</p> <p>logurt de plàtan LA FAGEDA</p>		<p>15 Crema de verdures</p> <p>Mongetes blanques sortint de l'olla amb rajolí d'oli i allets</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>16 Amanida de tomàquet amb formatge fresc i orenga</p> <p>Bròcoli, col-i-flor i patata gratinat amb beixamel</p> <p>Fruita del temps</p>	
<p>19 Bledes i patates saltejades</p> <p>Proteïna vegetal arrebossada amb guarnició d'amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>20 Amanida variada amb panses i pipes</p> <p>Arròs ECOLÒGIC a la cassola amb verdures</p> <p>logurt natural LA FAGEDA</p>		<p>21 Crema de carbassa i porro amb crostonets</p> <p>Proteïna vegetal estofada amb pèsols i pastanaga, i amb guarnició d'amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>22 Llenties pardines guisades amb verdures</p> <p>Truita de patates amb guarnició d'amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita del temps</p>		<p>23 Llaços de colors amb salsa de tomàquet i formatge ratllat</p> <p>Proteïna vegetal al forn amb samfaina i amb guarnició d'amanida d'enciam i blat de moro</p> <p>Fruita del temps</p>	
<p>SETMANA SANTA BONES VACANCES</p>									

NariNans, ofereix un producte de qualitat i servei personalitzat. Els plats s'acompanyen de pa i aigua, i estan elaborats per les cuinera de l'escola a partir d'ingredients frescos, ecològics, de proximitat i temporada. La varietat de proteïna vegetal estarà en funció de la disponibilitat, escollint entre tofu, seitan, tempeh o altres derivats de la soja. Tots els productes làctics són sense gluten.