

NO CARN, NO MARISC



Dilluns 5. Dia de proteïna vegetal Arròs integral amb sofregit de tomàquet Llenties ECO guisades amb verdures de temporada Fruita ECO de temporada	Dimarts 6. Ens ho mengem tot Crema de carbassó Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel	Dimecres 7 Macarrons ECO amb salsa de formatge Filet de lluç a la taronja Fruita ECO de temporada	Dijous 8. Dijous gras Cigrons ECO guisats Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Divendres 9. Carnestoltes Pèsols amb patata Pizza de formatge i tonyina amb sofregit de tomàquet i orenga Fruita ECO de temporada
Dilluns 12	Dimarts 13 Espaguetis integrals a la napolitana Peix (NO marisc) al forn amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Dimecres 14 Mongetes blanques ECO estofades amb verdures Truita d'espínacs amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Dijous 15 Tricolor de verdura amb mongeta verda, pastanaga i patata Peix (NO marisc) amb salsa de tomàquet Fruita ECO de temporada	Divendres 16. Dia de proteïna vegetal Arròs ECO de verdures Cassoleta de llenties ECO amb verdures i patata Fruita ECO de temporada
FESTIU	Dimarts 20. Dia de proteïna vegetal Cuscús de verdures ECO al curri Cigrons ECO a la jardineria Fruita ECO de temporada	Dimecres 21. Menú temàtic Llacets amb salsa de bolets amb crema de llet i formatge ratllat Peix (NO marisc) al forn amb enciam i remolatxa logurt ECO a granel	Dijous 22 Llenties ECO estofades amb verdures ECO de temporada Truita de pastanaga amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Divendres 23 Arròs ECO a la napolitana Truita francesa Fruita ECO de temporada
Dilluns 19 Trinxat de col amb patata ECO Hamburguesa vegetal amb enciam i olives Fruita ECO de temporada	Dimarts 27. Ens ho mengem tot Sopa minestrone brou vegetal amb verdures i fideus ECO Peix (NO marisc) amb salsa de poma Plàtan ECO	Dimecres 28 Estofat de cigrons ECO amb verdures ECO de temporada Truita de xampinyons amb enciam i olives Fruita ECO de temporada	Dijous 29 Saltat de mongeta verda i patata Peix (NO marisc) al forn amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel	Divendres 1 Arròs integral marciànet amb alfàbrega i formatge ratllat Truita francesa Fruita ECO de temporada
Dilluns 26. Dia de proteïna vegetal Crema de porros ECO Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada				