

OVOLACTOVEGETARIÀ



<p>Dilluns 5. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet</p> <p>Llenties ECO guisades amb verdures de temporada</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimarts 6. Ens ho mengem tot</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Dimecres 7</p> <p>Macarrons ECO amb salsa de formatge</p> <p>Tofu a la taronja</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dijous 8. Dijous gras</p> <p>Cigrons ECO guisats</p> <p>Truita francesa amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Divendres 9. Carnestoltes</p> <p>Pèsols amb patata</p> <p>Pizza de formatge amb sofregit de tomàquet i orenga</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>
<p>Dilluns 12</p> <p>FESTIU</p>	<p>Dimarts 13</p> <p>Espaguetis integrals a la napolitana</p> <p>Croquetes vegetals amb niu d'enciams</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimecres 14</p> <p>Mongetes blanques ECO estofades amb verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dijous 15</p> <p>Tricolor de verdura amb mongeta verda, pastanaga i patata</p> <p>Seitan amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Divendres 16. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Arròs ECO de verdures</p> <p>Cassoleta de llenties ECO amb verdures i patata</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>
<p>Dilluns 19</p> <p>Trinxat de col amb patata ECO</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i olives</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimarts 20. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Cuscús de verdures ECO al curri</p> <p>Cigrons ECO a la jardineria</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimecres 21. Menú temàtic</p> <p>Llacets amb salsa de bolets amb crema de llet i formatge ratllat</p> <p>Croquetes vegetals amb enciam i remolatxa</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Dijous 22</p> <p>Llenties ECO estofades amb verdures ECO de temporada</p> <p>Truita de pastanaga amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Divendres 23</p> <p>Arròs ECO a la napolitana</p> <p>Truita francesa</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>
<p>Dilluns 26. Dia de proteïna vegetal</p> <p>Crema de porros ECO</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dimarts 27. Ens ho mengem tot</p> <p>Sopa minestrone brou vegetal amb verdures i fideus ECO</p> <p>Tofu amb salsa de poma</p> <p>Plàtan ECO</p>	<p>Dimecres 28</p> <p>Estofat de cigrons ECO amb verdures ECO de temporada</p> <p>Truita de xampinyons amb enciam i olives</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>	<p>Dijous 29</p> <p>Saltat de mongeta verda i patata</p> <p>Croquetes vegetals amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Divendres 1</p> <p>Arròs integral marciànet amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Truita francesa</p> <p>Fruita ECO de temporada</p>

