

## VEGÀ



<b>Dilluns 2</b>	<b>Dimarts 3. Menú temàtic</b>	<b>Dimecres 4</b>	<b>Dijous 5. Dia de proteïna vegetal</b>	<b>Divendres 6</b>
Crema de porros <b>ECO</b>	<b>Verdura</b>	Mongeta verda amb patata	Espaguetis <b>integrals</b> amb verdures amb col, pastanaga i ceba	Arròs <b>ECO</b> a la cassola amb pebrot i pèsols
<b>Hamburguesa de cigrons</b> amb niu d'enciams	Mongetes blanques <b>ECO</b> saltejades amb all i julivert	<b>Tofu a l'allet</b> amb enciam i pastanaga	Estofat de cigrons <b>ECO</b> amb verdures <b>ECO</b> de temporada	<b>Falàfel</b>
Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>logurt de soja</b>
<b>Dilluns 9</b>	<b>Dimarts 10</b>	<b>Dimecres 11</b>	<b>Dijous 12</b>	<b>Divendres 13</b>
Arròs <b>ECO</b> amb sofregit de tomàquet	<b>Verdura</b>	<b>Espirals ECO amb xampinyons</b>	<b>FESTIU</b>	<b>FESTIU</b>
<b>Hamburguesa de cigrons</b> amb enciam i olives	Llenties <b>ECO</b> amb pastanaga	<b>Tofu amb salseta</b> amb enciam i remolatxa		
Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada		
<b>Dilluns 16</b>	<b>Dimarts 17</b>	<b>Dimecres 18</b>	<b>Dijous 19</b>	<b>Divendres 20. Dia de proteïna vegetal</b>
<b>Macarrons integrals amb orenga</b>	<b>Verdura</b>	Crema de carbassa <b>ECO</b>	<b>Coliflor ECO i patata</b>	Arròs <b>ECO</b> al curri amb verdures <b>ECO</b> de temporada
<b>Falàfel</b> amb niu d'enciams	Llenties <b>ECO</b> amb moniato	<b>Hamburguesa de cigrons</b> amb enciam i blat de moro	<b>Llegum estofada</b>	Mongetes seques <b>ECO</b> estofades
<b>logurt de soja</b>	Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada
<b>Dilluns 23</b>	<b>Dimarts 24</b>	<b>Dimecres 25. Dia de proteïna vegetal</b>	<b>Dijous 26</b>	<b>Divendres 27</b>
<b>Verdura</b>	Tricolor de verdura amb mongeta verda, pastanaga i patata	Arròs <b>integral</b> de verdures	<b>Brou amb meravella ECO</b> brou vegetal, vegetals i meravella	Cassoleta de patates <b>ECO</b> amb sofregit de tomàquet, carbassa i pastanaga
Estofat de cigrons <b>ECO</b> amb espinacs	<b>Seitan rostit amb salsa de pastanaga</b> amb niu d'enciams	Llenties <b>ECO</b> estofades	<b>Tofu arrebossat casolà</b> amb enciam i olives	<b>Falàfel</b>
Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada	Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>logurt de soja</b>	Fruita <b>ECO</b> de temporada
<b>Dilluns 30</b>	<b>Dimarts 31. La castanyada!</b>			
<b>Espirals integrals gratinats</b> amb sofregit de verdures <b>ECO</b>	Crema de moniato <b>ECO</b>			
<b>Hamburguesa de cigrons</b> amb enciam i pastanaga	<b>Seitan rostit a la catalana</b> amb prunes i orellanes			
Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>logurt de soja</b>			

