

NO CARN, HALAL, NO OU, NO PATATA

Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10. Dia de proteïna vegetal	Divendres 11
Arròs ECO a la cassola	Estofat de cigrons ECO amb verdures de temporada	Macarrons s/ou a la napolitana	Verdura	Coliflor
Lluç al forn amb julivert amb enciam i blat de moro	Peix al forn amb niu d'enciams	Tofu amb salsa de poma	Mongetes blanques ECO estofades amb verdures	Seitan a l'allet amb enciam, pastanaga i olives
logurt ECO a granel	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18. Dia de proteïna vegetal
Llenties ECO amb pastanaga	Verdura	Arròs integral amb sofregit de tomàquet	Espirals ECO amb alfàbrega	Verdura
Peix al forn amb enciam i olives	Peix al forn amb enciam i blat de moro	Tofu amb salsa de soja i mel	Fogoner amb samfaina	Cigrons ECO estofats amb verdures de temporada
Fruita de temporada	logurt ECO a granel	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Dilluns 21	Dimarts 22. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
Verdura	Arròs ECO al curri amb verdures de temporada	Cuscús de verdures	Mongetes seques ECO saltades amb all i julivert	Espaguetis s/ou saltejats amb verdures amb col, pastanaga i ceba
Peix al forn amb enciam i blat de moro	Llenties ECO amb pastanaga	Llegum estofat amb patata	Peix al forn amb enciam i remolatxa	Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt ECO a granel
Dilluns 28. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31. La Castanyada!	Divendres 1
Arròs integral de verdures	Espirals ECO amb sofregit de verdures	Cassoleta de cigrons ECO amb verdures	Verdura	FESTIU
Llenties ECO estofades	Peix al forn amb niu d'enciams	Peix al forn amb enciam, blat de moro i pipes	Seitan rostit a la catalana amb prunes i orellanes	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Postre especial	

