

OVOLACTOVEGETARIA



Dilluns 9 Arròs ECO a la napolitana amb sofregit de tomàquet i orenga Truita de patata i ceba amb amanida variada Fruita de temporada	Dimarts 10 Verdura amb patata Amanida de llenties ECO amb vegetals, olives, blat de moro i formatge Fruita de temporada	Dimecres 11 FESTIU	Dijous 12 Macarrons integrals al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat Hamburguesa vegetal amb amanida variada Fruita de temporada	Divendres 13. Dia de proteïna vegetal Vichyssoise Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Fruita de temporada
Dilluns 16 Arròs integral amb salsa de verdures Mandonguilles vegetals amb salseta i patates Fruita de temporada	Dimarts 17. Dia de proteïna vegetal Crema de carbassó Mongetes blanques ECO estofades Fruita de temporada	Dimecres 18 Coliflor amb patata Tofu amb salsa de ceba amb amanida variada logurt ECO a granel	Dijous 19 Empedrat de cigrons ECO amb vegetals, olives, blat de moro i formatge Truita de xampinyons amb amanida variada Fruita de temporada	Divendres 20 Fideuà ECO de verdures Hamburguesa vegetal amb amanida variada Fruita de temporada
Dilluns 23 Llenties ECO amb sofregit de verdures Truita de carbassó amb amanida variada Fruita de temporada	Dimarts 24 FESTIU	Dimecres 25 Espirals integrals amb salsa de tomàquet Truita francesa amb amanida variada Fruita de temporada	Dijous 26 Arròs ECO marcanet amb alfàbrega i formatge ratllat Croquetes vegetals amb amanida variada Fruita de temporada	Divendres 27. Dia de proteïna vegetal Crema de pastanaga Mongetes blanques ECO estofades amb verdures Fruita de temporada
Dilluns 30 Espaguetis integrals amb salsa de xampinyons Truita francesa amb amanida variada Fruita de temporada	Dimarts 1 Arròs a les fines herbes Seitan amb salsa de poma logurt ECO a granel	Dimecres 2 Llenties ECO estofades Truita de patata i ceba amb amanida variada Fruita de temporada	Dijous 3. Dia de proteïna vegetal Tricolor de verdura mongeta verda, pastanaga i patata Hamburguesa vegetal amb amanida variada Fruita de temporada	Divendres 4 Crema de carbassa Estofat de llegum amb patata Fruita de temporada

