

OVOLACTOVEGETARIA



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
FESTIU	Llenties ECO estofades amb verdures de temporada	Arròs integral amb salsa de verdures	Sopa de fideus ECO amb brou vegetal	Crema de coliflor
	Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llegum amb julivert amb enciam i olives Fruita de temporada	Seitan rostit amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Mandonguilles vegetals a la jardinera Fruita de temporada
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14. Dia de proteïna vegetal
Trinxat de bròquil i patata	Sopa d'arròs ECO amb caldo vegetal	Mongetes blanques ECO estofades	Espirals integrals amb salsa de formatge	Crema de porros
Truita francesa amb enciam i olives Fruita de temporada	Hamburguesa vegetal amb enciam i remolatxa logurt ECO a granel	Truita d'espinacs amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Falàfel Fruita de temporada	Estofat de cigrons ECO amb verdures i patata Fruita de temporada
Dilluns 17	Dimarts 18. Ens ho mengem tot	Dimecres 19	Dijous 20. Dia de proteïna vegetal	Divendres 21
Llenties ECO estofades amb verdures de temporada	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet	Crema de verdures de temporada	Cuscús de verdures	Patates estofades amb verdures amb sofregit de tomàquet
Truita de xampinyons amb enciam i olives Fruita de temporada	Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Cassoleta d'arròs ECO amb daus de tofu Fruita de temporada	Cigrons ECO estofats Fruita de temporada	Truita francesa amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27. Menú temàtic	Divendres 28. Dia de proteïna vegetal
Arròs integral a la napolitana	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert	Tricolor de verdura amb mongeta verda, pastanaga i patata	Brou termal brou vegetals i pasta ECO	Crema de pastanaga
Tofu amb ceba amb niu d'enciams Fruita de temporada	Ous durs amb salsa de tomàquet amb enciam i olives Fruita de temporada	Seitan estofat Fruita de temporada	Truita francesa amb enciam i remolatxa logurt ECO a granel	Estofat de llenties ECO amb verdures Fruita de temporada

