

OVOLACTOVEGETARIA



Dilluns 5. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs integral a la napolitana Hamburguesa vegetal amb niu d'enciams logurt ECO a granel	Llenties ECO estofades amb verdures de temporada Truita de xampinyons amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Verdura amb patata Estofat de tofu Fruita de temporada	Espaguetis ECO amb salsa de formatge amb crema de llet, orenga i formatge ratllat Truita francesa amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Crema de carbassó Seitan rostit amb patates Fruita de temporada
Dilluns 12. Menú temàtic	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16. Dia de proteïna vegetal
Crema de pastanaga Arròs ECO de pescadors amb verdures de temporada i daus de tofu Fruita de temporada	Amanida de pasta integral amb vegetals, olives i formatge Hamburguesa vegetal amb enciam i pastanaga logurt ECO a granel	Mongetes blanques ECO guisades Truita de patata i ceba amb niu d'enciam Fruita de temporada	Coliflor amb patata gratinada amb formatge ratllat Croquetes vegetals amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Taboulé de cuscús Cigrons ECO especiats amb enciam i olives Fruita de temporada
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22. Dia de proteïna vegetal	Divendres 23
Amanida de llenties ECO Truita de carbassó amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Bròquil amb patata Seitan a l'allet amb enciam i olives logurt ECO a granel	Vichyssoise Mandonguilles vegetals amb sofregit de verdures Fruita de temporada	Arròs ECO de verdures Estofat de mongetes blanques ECO Fruita de temporada	Macarrons integrals marcianets amb alfàbrega i formatge ratllat Truita francesa amb niu d'enciams Fruita de temporada
Dilluns 26	Dimarts 27. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Crema de verdures de temporada Tofu amb salsa de formatge Fruita de temporada	Llacets amb sofregit de tomàquet Llenties ECO estofades amb verdures de temporada Fruita de temporada	Amanida d'arròs integral amb vegetals, olives i formatge Truita francesa amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Cigrons ECO estofats amb vegetals de temporada Ous amb tomàquet amb enciam i olives Fruita de temporada	Mongeta verda amb patata Seitan amb salsa de poma amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel

