

LACTOVEGETARIÀ



Dilluns 2. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
Crema de porros	Trinxat de bròquil amb patata	Verdura amb patata	Amanida de pasta ECO amb vegetals, olives i formatge	Arròs integral amb salsa de verdures
Llenties ECO estofades amb verdures de temporada	Tofu a la llimona	Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert	Hamburguesa vegetal amb enciam i remolatxa	Seitan rostit amb enciam i blat de moro
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt ECO a granel
Dilluns 9	Dimarts 10. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana	Amanida d'arròs ECO amb vegetals, olives i formatge	Verdura amb patata	Verdura amb patata
	Llenties ECO estofades amb verdures de temporada	Seitan amb tomàquet	Cigrons ECO saltejats amb verdures de temporada	Tofu amb salsa de soja i mel amb enciam i blat de moro
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Dilluns 16	Dimarts 17. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
Espirals ECO marcianets amb alfàbrega i formatge ratllat	Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà	Verdura amb patata	Mongeta verda amb patata	Crema de verdures
Falàfel amb enciam i blat de moro	Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert	Amanida de llenties ECO	Hamburguesa vegetal amb enciam i pastanaga	Pizza de formatge
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat

