

OVOLACTOVEGETARIÀ



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

