

OVOLACTOVEGETARIA

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.



Dilluns 3	Dimarts 4. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
FESTIU	Arròs integral amb tomàquet Croquetes d'espínacs amb niu d'enciams Fruita de temporada	Llenties ECO estofades amb verdures de temporada Ous durs amb tomàquet amb enciam i olives Fruita de temporada	Bròquil amb patata Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Espaguetis ECO amb salsa de formatge amb crema de llet i formatge ratllat Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13. Dia de proteïna vegetal	Divendres 14
Sopa d'arròs ECO amb brou vegetal Croquetes d'espínacs amb enciam i olives Fruita de temporada	Cassoleta de cigrons ECO Truita d'espínacs amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Mongeta verda amb patata Estofat de tofu amb patata Fruita de temporada	Crema de pastanaga Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert Fruita de temporada	Macarrons integrals a la napolitana Truita francesa amb niu d'enciams iogurt ECO granel
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20. Menú temàtic	Divendres 21. Dia de proteïna vegetal
Llenties ECO amb sofregit de verdures Truita de patata i ceba amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Sopa de fideus ECO amb brou vegetal Hamburguesa vegetal amb enciam i pastanaga iogurt ECO granel	Trinxat de col amb patata Cassoleta d'arròs ECO amb daus de tofu Fruita de temporada	Crema de coliflor Mandonguilles vegetals a l'estil noruec amb salsa i patates bullides Fruita de temporada	Cuscús de verdures Cigrons ECO estofats Fruita de temporada
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27. Dia de proteïna vegetal	Divendres 28
Espaguetis ECO amb sofregit de tomàquet Truita francesa amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Tricolor de verdura mongeta verda, pastanaga i patata Croquetes d'espínacs amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs integral de verdures Hamburguesa vegetal amb niu d'enciams iogurt ECO granel	Crema de porro Pizza de verdures Fruita de temporada	Cassoleta de mongetes blanques ECO Truita francesa amb enciam i olives Fruita de temporada

