

OVOLACTOVEGETARIA

Llegenda d'al·lèrgens

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

B	L	O	S	D	A	W	P	M	C	F	K	T	G
Gluten	Làctics	Ou	Soja	Sulfits	Api	Mostassa	Peix	Mol·lusc	Crustaci	Fruits de closca	Cacauet	Tramussos	Sèsam

Dijous 8			Divendres 9	
Arròs ECO a la napolitana amb sofregit de tomàquet casolà Croquetes d'espínacs amb patates xips Pinya en el seu suc			Cigrons ECO estofats amb verdures de temporada Trita de patata i ceba amb niu d'enciams Fruita de temporada	
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16. Dia de proteïna vegetal
Guisat de llenties ECO amb verdures de temporada Trita d'espínacs amb niu d'enciams Fruita de temporada	Trinxat de bròquil amb patata Hamburguesa vegetal amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa de l'hort amb verdures i pasta ECO Seitan amb tomàquet Fruita de temporada	Arròs integral de verdures Trita francesa amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel	Crema de porros Mongetes seques ECO amb all i julivert Fruita de temporada
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22. Dia de proteïna vegetal	Divendres 23
Arròs ECO amb sofregit de tomàquet Croquetes d'espínacs amb niu d'enciams Fruita de temporada	Cassoleta de cigrons ECO amb verdures de temporada Trita de pastanaga amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Gratinat de coliflor amb patata amb formatge ratllat Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel	Espaguetis integrals saltejats amb verdures i salsa de soja Llenties ECO estofades amb verdures de temporada Fruita de temporada	Tricolor de verdures amb mongeta verda, pastanaga i patata tofu amb salsa de poma Fruita de temporada
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30. Dia de proteïna vegetal
Crema de pastanaga Seitan estofat amb patata Fruita de temporada	Mongetes blanques ECO estofades Trita de xampinyons amb niu d'enciams Fruita de temporada	Patates estofades amb verdures Tofu a l'allet amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Macarrons ECO a la napolitana Trita francesa amb enciam i olives logurt ECO a granel	Arròs integral al curri Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Fruita de temporada

