

OVOLACTOVEGETARIÀ



Dilluns 2	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
Magneta verda amb patata i pastanaga ECO amanit amb oli d'oliva Llegum guisada Fruita de temporada ECO	Arròs ECO de pagès amb verdures ECO i de temporada i caldo vegetal Daus de tofu amb verduretes ECO logurt ECO a granel	Llenties amb sofregit de verdures ECO Truita de samfaina Fruita de temporada ECO	Crema d'espàrrecs verds i ceba ECO amb crostonets de pa Espirals ECO a la (nostra) norma amb sofregit de tomàquet, ceba, albergínia i orenga ECO Fruita de temporada ECO	Amanida de cigrons ECO amb hortalisses ECO i de temporada Truita francesa amb enciam, remolatxa i olives Fruita de temporada ECO
Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
Crema de porros ECO Tofu encebata amb enciam, olives i remolatxa Fruita de temporada ECO	Saltat de llentíes i arròs ECO amb hortalisses ECO i de temporada Truita francesa amb niu d'enciam Fruita de temporada ECO	Amanida de cuscús amb hortalisses ECO i de temporada, olives i formatge fresc Seitan a les herbes provençals amb enciam, pastanaga i blat de moro logurt ECO a granel	Saltat de bròquil ECO amb patata amanit amb oli d'oliva Falàfel amb enciam i remolatxa Fruita de temporada ECO	Macarrons ECO peperonata amb sofregit de tomàquet, pebrot vermell i ceba ECO Truita francesa Fruita de temporada ECO
Dilluns 16	Dimarts 17. Dia de proteïna vegetal!	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
Trinxat de bledes ECO amb patates i panses amanit amb oli d'oliva Truita francesa amb niu d'enciam logurt ECO a granel	Vichyssoise ECO amb crostonets de pa Espaguetis ECO amb pesto de pèsols amb pèsols, alfàbrega, fruits secs i oli d'oliva, acompanyat amb tomàquet a daus Fruita de temporada ECO	Amanida de patata i hortalisses ECO i de temporada Tofu al forn a la taronja amb enciam, pastanaga i blat de moro Fruita de temporada ECO	Arròs ECO a la milanesa amb sofregit de tomàquet, hortalisses ECO , brou vegetal i parmesà Seitan a la mediterrània Fruita de temporada ECO	Amanida de cigrons ECO amb hortalisses ECO i de temporada Truita de carxofes amb enciam, olives i remolatxa Fruita de temporada ECO
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27
Arròs ECO amb verdures de primavera amb verdures ECO i de temporada Tofu a la marinara amb enciam, remolatxa i pipes Fruita de temporada ECO	Sopa de pistons ECO amb caldo vegetal, verdures del caldo i pistons Pizza ortolana casolana amb tomàquet, verdures, formatge ratllat i orenga Fruita de temporada ECO	Amanida camperola ECO amb patata, pebrot vermell i verd, blat de moro, pastanaga i olives Hamburguesa vegetal amb enciam, remolatxa i olives Fruita de temporada ECO	Mongetes seques estofades amb verdures ECO Truita d'espínacs ECO amb enciam, pastanaga i blat de moro Fruita de temporada ECO	Llacets ECO capresse amb tomàquet, mozzarella i orenga Truita francesa Gelat
Dilluns 30	Dimarts 31			
Arròs ECO a l'estil oriental amb pastanaga, ceba, pebrot ECO s i salsa de soja Seitan rostit amb prunes amb enciam i remolatxa logurt ECO a granel	Llenties ECO a la napolitana amb sofregit de tomàquet i ceba ECO Truita francesa amb enciam, blat de moro i olives Fruita de temporada ECO			

