

OVOLACTOVEGETARIÀ



Dilluns 3 Cigrons ECO estofats amb verdures de temporada Truita de patates amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Dimarts 4 Arròs ECO a la cassola amb pebrot vermell i pastanaga ECO Hamburguesa vegetal amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Dimecres 5 Crema de porros ECO Tofu amb salsa Fruita ECO de temporada	Dijous 6 Espaguetis ECO amb verdures amb carbassó, pastanaga i ceba ECO Truita francesa Fruita ECO de temporada	Divendres 7 Mongeta verda amb patata amanit amb oli d'oliva Seitan a l'allet amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel
--	--	--	--	--

Dilluns 10 Arròs ECO amb sofregit casolà de tomàquet Truita de verdures ECO amb enciam i olives Fruita ECO de temporada	Dimarts 11 Llenties ECO amb pastanaga Croquetes de verdures amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	FESTIU		Dijous 13 Macarrons ECO a la napolitana amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga Mongetes seques amb picada de julivert Fruita ECO de temporada	Divendres 14 Coliflor ECO amb patata amanit amb oli d'oliva Tofu amb salsa de poma ECO amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada
---	---	---------------	--	---	--

Dilluns 17 Llenties ECO amb daus de moniato Truita de julivert i ceba ECO amb enciam i olives Fruita ECO de temporada	Dimarts 18. Menú temàtic Cuscús magrebi amb cigrons, verdures ECO i espècies Estofat de seitan a l'estil tajin Fruita ECO de temporada	Dimecres 19 Amanida d'arròs ECO amb pastanaga, blat de moro i olives Hamburguesa vegetal amb niu d'enciams logurt ECO a granel	Dijous 20. Dia de proteïna vegetal Crema de carbassó ECO amb crostonets de pa Mongetes seques ECO saltades amb all i julivert Fruita ECO de temporada	Divendres 21 Amanida de llacets amb blat de moro, pastanaga i remolatxa Truita francesa Fruita ECO de temporada
---	--	---	---	--

Dilluns 24 Brou de l'àvia amb meravella ECO brou vegetal, vegetals ECO i meravella Truita francesa Fruita ECO de temporada	Dimarts 25 Cassoleta de patates estofades amb sofregit de tomàquet, carbassa i pastanaga ECO Croquetes de verdures amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Dimecres 26 Trinxat de verdures ECO de temporada amb patata amanit amb oli d'oliva Tofu amb salsa de pastanaga ECO amb niu d'enciams Fruita ECO de temporada	Dijous 27 Cigrons ECO estofats amb verduretes Truita francesa de formatge amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Divendres 28. La castanyada! Crema de moniato ECO Seitan rostit a la catalana amb prunes i orellanes Postre especial
--	--	--	--	---

Dilluns 31				
FESTIU				

