

OVOLACTOVEGETARIÀ



<b>Dilluns 7</b> Arròs <b>ECO</b> a la cassola <b>Hamburguesa vegetal</b> amb enciam i blat de moro logurt <b>ECO</b> a granel	<b>Dimarts 8</b> Estofat de cigrons <b>ECO</b> amb verdures <b>ECO</b> de temporada Truita de formatge amb niu d'enciams Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimecres 9</b> Macarrons <b>ECO</b> a la napolitana <b>Tofu amb salsa de poma</b> Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dijous 10. Dia de proteïna vegetal</b> Crema de porros <b>ECO</b> amb crostonets de pa Mongetes blanques <b>ECO</b> estofades amb verdurettes Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Divendres 11</b> Mongeta verda i patata <b>Seitan a l'allet</b> amb enciam, pastanaga i olives Fruita <b>ECO</b> de temporada
<b>Dilluns 14</b> Llenties <b>ECO</b> amb pastanaga Truita paisana amb enciam i olives Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimarts 15</b> Cassoleta de patates <b>ECO</b> amb sofregit de tomàquet i verdures de temporada <b>Hamburguesa vegetal</b> amb enciam i blat de moro logurt <b>ECO</b> a granel	<b>Dimecres 16</b> Arròs <b>ECO</b> amb sofregit de tomàquet <b>Tofu amb salsa de ceba</b> Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dijous 17</b> Espirals <b>ECO</b> porro caramel·litzat <b>Truita francesa</b> amb niu d'enciams Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Divendres 18. Dia de proteïna vegetal</b> Crema de carbassa <b>ECO</b> Cigrons <b>ECO</b> estofats amb verdures de temporada Fruita <b>ECO</b> de temporada
<b>Dilluns 21</b> Tricolor de verdura amb mongeta verda, pastanaga i patata <b>Hamburguesa vegetal</b> amb enciam i blat de moro Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimarts 22. Dia de proteïna vegetal</b> Arròs <b>ECO</b> amb verdures de temporada Llenties <b>ECO</b> amb moniato Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimecres 23</b> Cuscús de verdures <b>Seitan estofat amb patata</b> Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dijous 24</b> Mongetes seques <b>ECO</b> saltades amb all i julivert Ous durs amb enciam i remolatxa Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Divendres 25</b> Espaguetis <b>ECO</b> saltejats amb verdures amb carbassó, pastanaga i ceba <b>Truita francesa</b> amb niu d'enciams logurt <b>ECO</b> a granel
<b>Dilluns 28. Dia de proteïna vegetal</b> Arròs <b>ECO</b> de verdures Llenties <b>ECO</b> estofades Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimarts 29</b> <b>Fideus ECO de verdures</b> <b>Hamburguesa vegetal</b> amb niu d'enciams Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimecres 30. La Castanyada!</b> Crema de moniato <b>ECO</b> <b>Seitan rostit a la catalana</b> amb prunes i orellanes Postre especial	<b>Dijous 31</b> <b>FESTIU</b>	<b>Divendres 1</b> <b>FESTIU</b>

