



DILLUNS 2

DIMARTS 3

DIMECRES 4

DIJOUS 5

DIVENDRES 6

Lenties guisades
amb verdures
Seità al forn amb
verduretes i amanida
Fruita

Crema de pastanaga
amb crostons
Espaguetis amb tofu i seità
Amanida
logurt natural sense sucre

Arròs amb tomàquet
Trita d'all tendres
amb amanida
Fruita

Cigrons guisats
amb verdures
Hamburguesa d'arròs
i verdures amb
anelles de ceba fregides
Fruita

Minestra de verdura
Mandonguilles de llegum i
verdures
amb pasta saltada
Fruita

DILLUNS 9

DIMARTS 10

DIMECRES 11

DIJOUS 12

DIVENDRES 13

Arròs tres delícies
(ou, pastanaga, pèsol)
Seità a la planxa amb cigrons
saltats
Fruita

Patates guisades
amb verdures
Trita paisana amb amanida
Fruita

Verdura del temps
Cigrons guisats amb cuscús
Amanida
Fruita

Espirals amb salsa de porros
Tofu arrebossat amb
amanida
Fruita

Lenties guisades
amb verdures
Hamburguesa de llegum i
arròs
logurt de plàtan

DILLUNS 16

DIMARTS 17

DIMECRES 18

DIJOUS 19

DIVENDRES 20

FESTA

Macarrons amb salsa
d'espínacs
Trita de patata
amb amanida
Fruita

Minestra de verdura
Hamburguesa vegetal al forn
amb amanida
logurt natural ensucrat

Arròs amb tomàquet
Daus de tofu rostits amb
xampinyons
Fruita

Mongetes seques guisades
amb verdures
Seità a la planxa amb xips de
verdures casolanes
Fruita

DILLUNS 23

DIMARTS 24

DIMECRES 25

DIJOUS 26

DIVENDRES 27

Crema de carbassa
Lenties guisades amb arròs
Fruita

Espaguetis a la carbonara
vegetal
Trita d'espàrrecs
amb amanida
Fruita

Sopa de brou vegetal
Estofat de tofu amb
patates panadera al forn
Fruita

Mongetes seques guisades
amb verdures
Hamburguesa vegetal
amb amanida
logurt natural ensucrat

Verdura del temps
Mandonguilles de llegum i
verduretes
amb amanida
Fruita

DILLUNS 30

DIMARTS 31

Espirals a la napolitana
Trita d'all tendres
amb amanida
Fruita

Verdura del temps
Hamburguesa de llegum i
arròs amb amanida
Fruita