



Ovolactovegetarià

MENÚ	1ª SETMANA	2ª SETMANA	3ª SETMANA	4ª SETMANA	BERENARS
DILLUNS	Arròs caldós amb mongeta tendra Truita de patata i ceba Amanida Pa integral / Fruita del temps	Llenties estofades amb fajol i verdures Amanida Pa integral / Fruita del temps	Macarrons amb hummus Formatge fresc Amanida Pa integral / Fruita del temps	Espirals amb bolonyesa de soja texturitzada Hamburguesa vegetal Amanida Pa integral / Fruita del temps	Fruita i logurt
DIMARTS	Purè de carbassó Fricandó de tofu Amanida Pa integral / Fruita del temps	Mongeta tendra, ceba i patata Hamburguesa vegetal Amanida Pa integral / Fruita del temps	Purè de carbassa Estofat de tofu amb hortalisses Amanida Pa integral / Fruita del temps	Arròs amb samfaina Truita francesa Amanida Pa integral / Fruita del temps	Fruita
DIMECRES	Galets a la Norma (albergínia, ceba i tomàquet) Formatge fresc Amanida Pa integral / Fruita del temps	Arròs amb tomàquet Truita de patata i carbassó Amanida Pa integral / Fruita del temps	Arròs amb pastanaga i carbassó Truita de patata i ceba Amanida Pa integral / Fruita del temps	Mongeta tendra, patata i pastanaga Guisat de tofu amb salseta Amanida Pa integral / Fruita del temps	Fruita i logurt
DIJOUS	Cigrons estofats amb pebrot i arròs Amanida Pa integral / Fruita del temps	Macarrons amb bolonyesa de llenties vermelles Formatge fresc Amanida Pa integral / Fruita del temps	Sopa de brou vegetal i pasta Falafels de cigrons Amanida Pa integral / Fruita del temps	Llenties estofades amb pastanaga, pebrot i cuscús Amanida Pa integral / Fruita del temps	Fruita
DIVENDRES	Sopa de brou vegetal i pasta Falafels de cigrons Amanida Pa integral / Fruita del temps	Sopa de verdures i arròs Guisat de tofu amb hortalisses Amanida Pa integral / Fruita del temps	Cigrons guisats amb quinoa i verdures Amanida Pa integral / Fruita del temps	Sopa de brou de verdures i mill Formatge fresc Amanida Pa integral / Fruita del temps	Fruita i logurt

Nota: La carn, la fruita i les verdures seran fresques i d'origen ecològic.

* **Berenars:** Els berenars pels infants nascuts el 2021, serà diàriament "Tastets de fruita"

Fruites de temporada: plàtan, poma, síndria, meló, nectarina, pera i maduixa.

Verdures de temporada: albergínia, all, ceba, carbassó, mongeta tendra, patata, pastanaga, pebrot, tomàquet, bleda, xampinyó, pèsol i carbassa.