

## Menú Mensual Desembre 2022

## Ovo-làctic-vegetarià + Ric en Fibra

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			<p>1</p> <p>Verdures variades saltejades</p> <p>Amanida de patata</p> <p>Fruita variada fresca Pa (50g)</p>	<p>2</p> <p>Amanida de mongeta blanca amb tomàquet, ceba i pebrot</p> <p>Seitán a la planxa amb all i julivert</p> <p>Amanida d'enciam i tomàquet Yoqur de soja Pa (50g)</p>
<p>5</p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga i olives Espirals a la carbonara amb soja texturitzada</p> <p>Fruita fresca Pa integral</p>	<p>6</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>7</p> <p>Llenties amb preparat de verdures Hamburguesa vegetal al forn o a la planxa</p> <p>Ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita fresca Pa integral</p>	<p>8</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>9</p> <p><b>FESTIU</b></p>
<p>12</p> <p>Espinacs amb beixamel Estofat de tempeh amb ceba, pèsols i xampinyons Patates al forn Fruita fresca Pa integral</p>	<p>13</p> <p>Formatge fresc amb tomàquet provençal Cigrons amb bledes i carbassa</p> <p>Fruita fresca Pa integral</p>	<p>14</p> <p>Macarrons amb salsa de tomàquet i verdures Truita de patata i ceba</p> <p>Amanida d'enciam, blat de moro i olives Fruita fresca Pa integral</p>	<p>15</p> <p>Amanida de cogombre, pastanaga i olives Llenties amb patates i bledes</p> <p>Fruita fresca Pa integral</p>	<p>16</p> <p>Amanida d'encia, pastanaga i blat de moro Quinoa amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita fresca Pa integral</p>
<p>19</p> <p>Menestra amb patates saltejada amb ceba Quinoa saltejada amb pastanaga i carbassó</p> <p>Fruita fresca Pa integral</p>	<p>20</p> <p>Cigrons amb espinacs Ous durs amb beixamel gratinats amb formatge</p> <p>Fruita fresca Pa integral</p>	<p>21</p> <p>Espàrrecs blancs amb maiones Tallarines amb salsa de tomàquet, orègan i soja texturitzada</p> <p>Fruita fresca Pa integral</p>	<p>22</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>23</p> <p><b>FESTIU</b></p>
<p>26</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>27</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>28</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>29</p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p>30</p> <p><b>FESTIU</b></p>