

Menú Mensual Gener 2023

Ovo-làctic-vegetarià + Ric en Fibra

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p>Amanida d'enciam, tomàquet, blat de moro i fruits secs</p> <p>Pasta al pesto</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>3</p> <p>Mongetes blanques amb patates</p> <p>Remenat de xampinyons</p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga i olives</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>4</p> <p>Carbassó amb patata bullida</p> <p>Paella de verdures i tofu</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>5</p> <p>Pisto de verdures</p> <p>Hamburguesa vegetal al forn o a la planxa</p> <p>Patates al forn</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>6</p> <p>Amanida de cogombre i olives</p> <p>Patates amb menestra i tempeh</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>
<p>9</p> <p>Amanida d'enciam, pastanaga i olives</p> <p>Espirals a la carbonara amb soja texturitzada</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>10</p> <p>Col berza amb patates saltejada</p> <p>Cigrons saltejats amb ceba i pastanaga</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>11</p> <p>Llenties amb preparat de verdures</p> <p>Hamburguesa vegetal al forn o a la planxa</p> <p>Ceba caramel·litzada</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>12</p> <p>Amanida de tomàquet, blat de moro i olives</p> <p>Tallarines amb verdures, ou i salsa de soja</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>13</p> <p>Crema de pèsols</p> <p>Pizza de verdures</p> <p>Amanida de tomàquet i olives</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>
<p>16</p> <p>Espinacs amb beixamel</p> <p>Estofat de tempeh amb ceba, pèsols i xampinyons</p> <p>Patates al forn</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>17</p> <p>Formatge fresc amb tomàquet provençal</p> <p>Cigrons amb bledes i carbassa</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>18</p> <p>Macarrons amb salsa de tomàquet i verdures</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Amanida d'enciam, blat de moro i olives</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>19</p> <p>Amanida de cogombre, pastanaga i olives</p> <p>Llenties amb patates i bledes</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>20</p> <p>Amanida d'encia, pastanaga i blat de moro</p> <p>Quinoa amb salsa de tomàquet</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>
<p>23</p> <p>Menestra amb patates saltejada amb ceba</p> <p>Quinoa saltejada amb pastanaga i carbassó</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>24</p> <p>Cigrons amb espinacs</p> <p>Ous durs amb beixamel gratinats amb formatge</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>25</p> <p>Espàrrecs blancs amb maionesa</p> <p>Tallarines amb salsa de tomàquet, orègan i soja texturitzada</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>26</p> <p>Purè de carbassó</p> <p>Mongetes blanques amb menestra</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>27</p> <p>Amanida de tomàquet i formatge fresc</p> <p>Paella de verdures i tofu</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>
<p>30</p> <p>Col berza amb patates saltejades</p> <p>Hamburguesa vegetal al forn o a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>	<p>31</p> <p>Llenties amb patates</p> <p>Ous cuits amb menestra</p> <p>Fruita fresca</p> <p>Pa integral</p>			