

Menú mensual MARÇ-26 - Dieta Ovo làcteo vegetariana + Rica en fibra



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>2</p> <p><i>Cigrons amb verdures</i></p> <p><i>Amanida de cigrons amb vinagreta de mostassa</i></p> <p><i>Espàrrecs blancs</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>3</p> <p><i>Espaguetis en blanc amb mongeta tendra i pastanaga</i></p> <p><i>Rementa d'allis tendres</i></p> <p><i>Carbassó al forn o a la planxa</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>4</p> <p><i>Macarrons amb salsa de tomàquet</i></p> <p><i>Revuelto de huevo</i></p> <p><i>Patatas xips</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>5</p> <p><i>Llenties amb verdures (brou vegetal)</i></p> <p><i>Truita de patata i ceba</i></p> <p><i>Amanida d'enciam, tomàquet i ceba</i></p> <p><i>Fruita Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>6</p> <p><i>Arròs amb salsa de tomàquet</i></p> <p><i>Ous durs amb oli i pebre vermell</i></p> <p><i>Formatge fresc</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>
<p>9</p> <p><i>Mongetes tendres amb patates saltejades</i></p> <p><i>Tofu adobat fregit</i></p> <p><i>Amanida d'enciam, blat de moro i olives</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>10</p> <p><i>Carbassó saltejat amb pastanaga i carbassa</i></p> <p><i>Ous al forn amb tomàquet i pèsols</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>11</p> <p><i>Macarrons amb salsa de formatge blau</i></p> <p><i>Remenat d'ou</i></p> <p><i>Pisto de verdures</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>12</p> <p><i>Llenties amb verdures (brou vegetal)</i></p> <p><i>Remenat d'ou</i></p> <p><i>Amanida de tomàquet</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>13</p> <p><i>Arròs saltejat amb xampinyons</i></p> <p><i>Pizza de verdures i formatge</i></p> <p><i>Amanida de tomàquet</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p>
<p>16</p> <p><i>Crema de carbassó</i></p> <p><i>Tofu amarinat a la planxa</i></p> <p><i>Tomàquet al forn o planxa</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50g</i></p>	<p>17</p> <p><i>Trinxat de col i patata</i></p> <p><i>Hamburguesa vegetal al forn o planxa</i></p> <p><i>Amanida d'enciam i pastanaga</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50g</i></p>	<p>18</p> <p><i>Amanida d'enciam, tomàquet i blat de moro</i></p> <p><i>Lasanya de verdures amb beixamel gratinada amb formatge</i></p> <p><i>Truita francesa</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50g</i></p>	<p>19</p> <p><i>Estofat de cigrons al curri</i></p> <p><i>Truita de patata i ceba</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50g</i></p>	<p>20</p> <p><i>Arròs amb salsa de tomàquet i ou</i></p> <p><i>Tofu a la provençal</i></p> <p><i>Albergínia al forn o planxa</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50g</i></p>
<p>23</p> <p><i>Mongetes blanques saltejades amb all i julivert</i></p> <p><i>Croquetes d'espínacs</i></p> <p><i>Amanida d'enciam i remolatxa</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>24</p> <p><i>Pèsols saltejats amb ceba</i></p> <p><i>Arròs amb salsa de tomàquet</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>25</p> <p><i>Carbassó amb pastanaga i carbassa bullits</i></p> <p><i>Truita de patata i espínacs</i></p> <p><i>Amanida de cogombre i ceba</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>25</p> <p><i>Fabes saltejades amb ceba</i></p> <p><i>Macarrons amb salsa de tomàquet trossos y orenaa</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>	<p>27</p> <p><i>Crema de carbassa</i></p> <p><i>Fideus en blanc amb carbassó i xampinyons</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>
<p>30</p> <p><i>Macarrons amb salsa de tomàquet trossos i orenga</i></p> <p><i>Ous amb beixamel gratinats amb formatge</i></p> <p><i>Amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50g</i></p>	<p>31</p> <p><i>Mlnestra saltejada</i></p> <p><i>Mongetes amb bledes</i></p> <p><i>Fruites Variades Fresques</i></p> <p><i>Pa integral 50gr</i></p>			