SERUNION

FUNDACIÓ aspace Catalunya

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

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 *Mongetes blanques saltejades amb all i julivert* *Croquetes de espinacs* *Eensalada de lechuga y remolacha* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**3** *Pèsols saltats amb ceba* *Arròs amb salsa de tomàquet* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**4** *Carbassó amb pastanaga i carbassa bullida* *Truita de patata i espinacs* *Amanida de cogombre i ceba* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**5** *Fabes saltejades amb ceba* *Macarrons amb salsa funghi* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**6** *Crema de carbassa* *Fideus en blanc amb carbassa i xampinyons* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*
9 *Macarrons amb salsa de tomàquet a trossos i orenga* *Ous amb beixamel gratinats amb formatge* *Amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50gr*	**10** *Minestra saltada* *Mongetes amb bledes* *-* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**11** *Crema de carbassa, carbassó i pastanaga* *Hamburguesa vegetal al forn o a la planxa* *Moniato rostit* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**12** *Amanida de llenties amb tomàquet, ceba i pebrot* *Tofu a la provençal* *Xampinyons saltats* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50gr*	**13** *Arròs saltat amb pastanaga, pèsols i cúrcuma* *Pizza de verdures i formatge* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50gr*
16 *Cigrons amb verdures* *Truita de patata i carbassó* *Espàrrecs blancs* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**17** *Faves saltades amb ceba* *Espaguetis en blanc amb mongeta tendra i pastanaga* *-* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**18** *Macarrons en salsa de tomàquet* *Mongetes blanques amb bledes* *-* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**19** *Amanida d'enciam, tomàquet i ceba* *Llenties de verdures* *-* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**20** *Arròs amb verdures* *Ous durs amb tomàquet* *Formatge fresc* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*
23 *Mongetes tendres amb Patates saltades* *Hamburguesa vegetal al forn o planxa* *Amanida d'enciam i blat de moro* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**24** *Carbassó saltat amb pastanaga i carbassa* *Pèsols amb patates saltades* *-* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**25** *Macarrons amb salsa de formatge blau* *Hamburguesa vegetal al forn o planxa* *Samfaina de verdures* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**26** *Amanida de tomàquet* *Llenties de verdures* *-* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*	**27** *Arròs saltat amb xampinyons* *Croquetes d´espinacs* *Amanida de tomàquet* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*
30 *Crema de carbassó* *Tofu marinat a la planxa* *Tomàquet al forn o a la planxa* *Fruita fresca variada* *Pa integral 50 gr.*				