

VEGÀ



<b>Dilluns 7</b> Arròs <b>ECO</b> a la cassola  Hamburguesa de cigrons amb enciam i blat de moro logurt de soja	<b>Dimarts 8</b> Verdura amb patata  Estofat de cigrons <b>ECO</b> amb verdures <b>ECO</b> de temporada Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimecres 9</b> Macarrons <b>ECO</b> a la napolitana  Tofu amb salsa de poma  Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dijous 10. Dia de proteïna vegetal</b> Crema de porros <b>ECO</b> amb crostonets de pa Mongetes blanques <b>ECO</b> estofades amb verdures Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Divendres 11</b> Mongeta verda i patata  Seitan a l'allet amb enciam, pastanaga i olives Fruita <b>ECO</b> de temporada
<b>Dilluns 14</b> Verdura amb patata  Llenties <b>ECO</b> amb pastanaga Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimarts 15</b> Cassoleta de patates <b>ECO</b> amb sofregit de tomàquet i verdures de temporada Hamburguesa de cigrons amb enciam i blat de moro logurt de soja	<b>Dimecres 16</b> Arròs <b>ECO</b> amb sofregit de tomàquet  Tofu amb salsa de ceba Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dijous 17</b> Espirals <b>ECO</b> porro caramel·litzat  Llegum saltejat amb niu d'enciams Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Divendres 18. Dia de proteïna vegetal</b> Crema de carbassa <b>ECO</b> Cigrons <b>ECO</b> estofats amb verdures de temporada Fruita <b>ECO</b> de temporada
<b>Dilluns 21</b> Tricolor de verdura amb mongeta verda, pastanaga i patata Hamburguesa de cigrons amb enciam i blat de moro Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimarts 22. Dia de proteïna vegetal</b> Arròs <b>ECO</b> amb verdures de temporada  Llenties <b>ECO</b> amb moniato Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimecres 23</b> Cuscús de verdures  Seitan estofat amb patata Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dijous 24</b> Verdura amb patata  Mongetes seques <b>ECO</b> saltades amb all i julivert Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Divendres 25</b> Espaguetis <b>ECO</b> saltejats amb verdures amb carbassó, pastanaga i ceba Llegum saltejat amb niu d'enciams logurt de soja
<b>Dilluns 28. Dia de proteïna vegetal</b> Arròs <b>ECO</b> de verdures  Llenties <b>ECO</b> estofades Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimarts 29</b> Fideus <b>ECO</b> de verdures Hamburguesa de cigrons amb niu d'enciams Fruita <b>ECO</b> de temporada	<b>Dimecres 30. La Castanyada!</b> Crema de moniato <b>ECO</b> Seitan rostit a la catalana amb prunes i orellanes logurt de soja	<b>Dijous 31</b> <b>FESTIU</b>	<b>Divendres 1</b> <b>FESTIU</b>

