

OVOLACTOVEGETARIÀ NO FRUITS SECS, PASTANAGA, FRUITA



				Divendres 1
				Lenties amb verdures NO pastanaga Trita de patata i carbassó NO pastanaga logurt natural
Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Crema de carbassa NO pastanaga Guisat de llegums amb verdures NO pastanaga logurt natural	Verdura NO pastanaga Mongetes blanques estofades amb verdures NO pastanaga logurt natural	Espaguetis amb formatge ratllat  Trita NO pastanaga logurt natural	Arròs amb tomàquet  Tofu NO pastanaga logurt natural	Patates guisades amb verdures NO pastanaga Trita de francesa NO pastanaga logurt natural
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Verdura NO pastanaga Espirals napolitana  logurt natural	Crema de verdura SENSE crostons de pa NO pastanaga Tofu amb patata al caliu logurt natural	Verdura NO pastanaga Cigrons amb carbassa NO pastanaga logurt natural	Patates gratinades amb beixamel  Trita de patata i verdures NO pastanaga logurt natural	Sopa de verdures amb arròs  Trita NO pastanaga logurt natural
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Arròs amb tomàquet  Trita de patates i ceba NO pastanaga logurt natural	Verdura NO pastanaga Cuscús amb verdures NO pastanaga logurt natural	Mongeta verda amb patates  Guisat de llegums amb verdures NO pastanaga logurt natural	Fideus a la cassola amb verdures NO pastanaga Tofu NO pastanaga logurt natural	Lenties estofades amb verdures NO pastanaga Trita amb patates fregides logurt natural
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	
Arròs saltat amb verdures NO pastanaga Trita NO pastanaga logurt natural	Crema de verdures de temporada NO pastanaga Guisat de llegums amb verdures NO pastanaga logurt natural	Cigrons amb patata  Tofu NO pastanaga logurt natural	Escudella vegetal de galets  Trita francesa amb tall de formatge NO pastanaga logurt natural	

Les fruites de temporada poden ser: kiwi, poma, mandarina, taronja, pera, pinya o plàtan.  
Les verdures de temporada poden ser: bledes, carxofa, col, bròquil, carbassa, coliflor, espinacs, porro i pastanaga

