



				Divendres 1. Carnestoltes!
				Pèsols amb patates
				Pizza casolana de verdures i formatge
				Fruita de temporada
Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
FESTIU	Bròquil amb patates Truita amb amanida logurt	Sopa de verdures i arròs Croquetes de verdures amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Espirals amb tomàquet Truita de patata i carbassó amb amanida Fruita de temporada	Mongetes blanques amb tomàquet i ceba Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita de temporada
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
Arròs amb tomàquet Truita francesa amb tall de formatge amb amanida Fruita de temporada	Verdura Cigrons amb patates Fruita de temporada	Crema de carbassó Ous durs pastanaga, ceba, porros i tomàquet Natilles	Saltat de patata brava amb verdures Croquetes de verdures amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Fideus a la cassola amb verdures Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita de temporada
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Patates guisades amb verdures Truita de patata i ceba amb amanida Fruita de temporada	Sopa vegetal amb meravella Guisat de llegums Fruita de temporada	Llenties amb verdures Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita de temporada	Mongeta verda amb patates Ous durs amb salsa Fruita de temporada	Verdura Arròs a la cassola amb verdures logurt
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
Pèsols amb patates saltats amb all Croquetes de verdures amb amanida Fruita de temporada	Macarrons amb tomàquet Truita de patata i verdures amb amanida Fruita de temporada	Crema de carbassa Hamburguesa vegetal amb patates xips Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures Truita amb patates dau, tomàquet i ceba logurt	Arròs amb tomàquet Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita de temporada

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, califlor, espinacs, porro i pastanaga



@cocofoodservice
www.cocofoodservice.com

Revisat per Andrea Rodríguez Sancho CA1000899
Graduada en Nutrició Humana i Dietètica