

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

02

Arròs amb salsa de tomàquet
Cigrons amb verdures
Fruita fresca i Pa blanc/integral

03

Quinoa saltejada amb pastanaga, ceba i carbassó
Llenties amb verdures
logurt de soja i Pa blanc/integral

04

Mongetes verdes amb patata al vapor
Panini de verdures (sense formatge)
Fruita fresca i Pa blanc/integral

05

Crema de carbassó amb crostons
Cigrons saltejats amb verdures
Fruita fresca i Pa blanc/integral

06

Crema de mongeta blanca
Amanida de pasta (pastanaga, blat de moro, tomàquet i olives)
Fruita fresca i Pa blanc/integral

09

Verdura tricolor (mongeta verda, pastanaga i patata)
Hummus de cigrons amb pa torrat
Fruita fresca i Pa blanc/integral

10

Sopa de verdures amb estrelles
Arròs a la milanesa veggio (verdures, salsa de tomàquet i soja texturitzada)
logurt de soja i Pa blanc/integral

11

Espaguetis napolitana (salsa de tomàquet trossos i orenga)
Amanida de llenties amb pastanaga, cogombre i blat de moro
Fruita fresca i Pa blanc/integral

12

Crema de verdures amb crostons
Mongetes blanques saltejades amb ceba i pastanaga
Fruita fresca i Pa blanc/integral

13

Amanida de patata (tomàquet, ceba i pebrot)
Cigrons amb verdures
Fruita fresca i Pa blanc/integral

16

Mongetes tendres amb patates al vapor
Quinoa amb carbassó, albergínia i xampinyons
Fruita fresca i Pa blanc/integral

17

Crema de bròquil amb crostons
Cigrons amb verdures
logurt de soja i Pa blanc/integral

18

Ensaladilla (mongeta tendra, pastanaga, patata i pèsols)
Llenties amb arròs
Fruita fresca i Pa blanc/integral

19

Crema de cigrons
Fideuà de verdures
Fruita fresca i Pa blanc/integral

20

Amanida d'arròs (blat de moro, pastanaga, tomàquet i ceba)
Mongetes blanques saltejades amb verdures
Fruita fresca i Pa blanc/integral

23

Espirals amb tomàquet
Llenties amb verdures
Fruita fresca i Pa blanc/integral

24

Crema de mongeta blanca
Amanida d'arròs, enciam, tomàquet i blat de moro
logurt de soja amb pinya i coco
i Pa blanc/integral

25

Cigrons saltejats amb orenga
Espaguetis amb pastanaga, pebrot i ceba
Fruita fresca i Pa blanc/integral

26

Crema de pastanaga
Mongetes blanques saltejades amb minestra
Fruita fresca i Pa blanc/integral

27

Mongeta verda amb patata
Hummus amb crudités de pastanaga
Fruita fresca i Pa blanc/integral

30

Macarrons amb samfaina
Cigrons amb verdures
Fruita fresca i Pa blanc/integral

31

Coliflor saltejada amb patata
Quinoa saltejada amb carbassó, ceba i pastanaga
logurt de soja i Pa blanc/integral