

- DESEMBRE 2017 - OVOLACTOVEGETARIA CEIP

1a SETMANA

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres 1
Patata mongeta i pèsol al vapor

Tofu eco a la romana

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
Pa integral i fruita

2a SETMANA

dilluns 4
Macarrons amb tomata

Truita de carbassó

Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dimarts 5
Pastís de verdures
(patata, mongeta, carbassó i pèsol)
Cigrons amb patata i espinacs

Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dimecres 6

Festa

dijous 7
Crema de pastanaga natural

Arròs quatre gustos amb quinoa
(pastanaga, pèsol, truita i blat moro)
Enciam, tomata i pastanaga
logurt natural

divendres 8

Festa

3a SETMANA

dilluns 11
Arròs salvatge amb xampinyons
(pastanaga, pèsol, truita i blat moro)
Llenties guisades amb carbassa
(patata, carbassa i pèsol)
Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dimarts 12
Crema de verdura natural
(patata mongeta porro i api)
Mongeta seca guisada a/ verdura

Enciam, pastanaga i blat de moro
Flam cooperativa

dimecres 13
Patata mongeta i bròquil al vapor

Tofu eco a la romana

Enciam, tomata i pastanaga
Pa integral i fruita

dijous 14
Espaguetis integrals italiana
(salsa tomata natural)
Truita francesa

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
Fruita

divendres 15
Purè de quinoa i llenties

Arròs amb verdures
(carbassó, bolets i pastanaga)
Enciam, blat de moro i soja
Pa integral i fruita

4a SETMANA

dilluns 18
Patata mongeta i carbassó vapor

Hamburguesa vegetal amb arròs salvatge
Enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita

dimarts 19
Fesolets guisats amb verdures
(patata, pastanaga i pèsol)
Truita de carbassó

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres
logurt cooperativa

dimecres 20
Sopa vegetal de fideus
(brou verdures natural i fideus)
Canelons d'espinacs

Enciam, tomata i pastanaga
Pa integral , torró i refresc

dijous 21

Festa

divendres 22
Arròs blanc amb tomata
(salsa tomata natural)
Llenties guisades amb verdures

Enciam, pastanaga i olives verdes
Pa integral i fruita

5a SETMANA

dilluns 25

dimarts 26

dimecres 27

dijous 28

divendres 29



VILANOVA



ALIMENTANT IL·LUSIONS



Molt a prop teu!
a Girona

T. 972 22 83 83
C/ Illa Fuerteventura, 3
17007 GIRONA
info@cateringvilanova.com
www.cateringvilanova.com