



### - GENER 2019 - OVOLACTOVEGETARIA CEIP

1

dll

7

dm

8

dc

9

dj

10

dv

11

Macarrons amb tomata

Cigrons, patata i espinacs bullit

Crema de verdura natural  
(patata pastanaga carbassó porro)

Pastís de verdures  
(patata, mongeta, carbassó i pèsol)

Tofu eco a la romana

Truita de carbassó

Llenties guisades amb verdures

Arròs quatre gustos  
(pastanaga, pèsol, truita i blat moro)

Enciam, blat de moro i soja

Enciam, pastanaga i olives verdes

Enciam, tomata i pastanaga

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

logurt natural

Pa integral i fruita

Fruita

Pa integral i fruita

2

dll

14

dm

15

dc

16

dj

17

dv

18

Arròs integral amb tomata  
(salsa tomata natural)

Crema moniato i pastanaga

Sopa vegetal de fideus  
(brou verdures natural i fideus)

Patata pèsol pastanaga al vapor

Mongeta seca bullida amb patata

Ous al forn

Canelons d'espinacs

Cigrons guisats

Hamburguesa vegetal

Truita d'espinacs

Enciam, blat de moro i soja

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Enciam, pastanaga i blat de moro

Enciam, tomata, olives verdes

Enciam, pastanaga i olives verdes

Fruita

Fruita

Pa integral i fruita

logurt cooperativa

Pa integral i fruita

3

dll

21

dm

22

dc

23

dj

24

dv

25

Patata mongeta i bròquil bullits

Verdura variada  
(patata, mongeta plana, pastanaga i pèsol)

Crema carbassó i porro natural  
(carbassó porro i patata)

Pasta amb tomata

Arròs amb verdures  
(carbassó, bolets i pastanaga)

Tofu eco a la romana

Llenties guisades amb quinoa  
(patata, pastanaga i pèsol)

Mongeta seca guisada a/ verdura

Truita de patata i ceba

Hamburguesa vegetal

Enciam, pastanaga i blat de moro

Enciam, tomata, olives verdes

Enciam, blat de moro i soja

Enciam, tomata i pastanaga

Enciam, pastanaga i olives verdes

Fruita

logurt natural

Pa integral i fruita

Fruita

Pa integral i fruita

4

dll

28

dm

29

dc

30

dj

31

dv

1

Tallarines carbonara s/bacon  
(llet, xampinyons, ceba i formatge)

Crema de llegums  
(mongeta seca, patata, pastanaga i ceba)

Arròs blanc amb tomata  
(salsa tomata natural)

Patata, mongeta, pastanaga bullits

Cigrons bullits amb patata

Verdura variada  
(patata, mongeta plana, pastanaga i pèsol)

Quinoa saltejada amb xampinyons

Truita de formatge

Llenties guisades amb verdures

Arròs amb sanfaina

Enciam, blat de moro i soja

Enciam, tomata, olives verdes

Enciam, pastanaga i olives verdes

Enciam, pastanaga i blat de moro

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Fruita

Fruita

Pa integral i fruita

Crema vainilla cooperativa

Pa integral i fruita

5

dll

dm

dc

dj

dv