



- FEBRER 2021 - OVOLACTOVEGETARIA

1

dll

1
Tallarines italiana
(amb salsa tomata natural)
Ous amb beixamel

Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dm

2
Patata mongeta i carbassó vapor

Cigrons guisats

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

dc

3
Crema moniato i pastanaga

Hamburguesa vegetal planxa
(soja i verdures)
Enciam, tomata, olives verdes
Pa integral i fruita

dj

4
Llenties guisades amb verdures
(patata, pastanaga i pèsol)
Truita de patata i ceba

Enciam, tomata i pastanaga
Fruita

dv

5
Pastís de verdures
(patata, mongeta, carbassó i pèsol)
Arròs blanc amb tomata
(salsa tomata natural)
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita

2

dll

8
Crema de llegums
(mongeta seca, patata, pastanaga i ceba)
Ous al forn

Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dm

9
Arròs amb verdures
(carbassó, bolets i pastanaga)
Mongeta seca amb patata

Enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita

dc

10
Espaguetis integrals italiana
(salsa tomata natural)
Truita de formatge

Enciam, blat de moro i soja
Pa integral i fruita

dj

11
Patata mongeta i pastanaga vapor

Tofu eco a la romana

Enciam, tomata i pastanaga
logurt natural

dv

12
Cigrons, patata i espinacs bullit

Quinoa amb samfaina

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

3

dll

15
Patata mongeta i bròquil al vapor

Hamburguesa vegetal planxa
(soja i verdures)
Enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita

dm

16
Arròs integral amb tomata
(salsa tomata natural)
Llenties guisades amb verdures

Enciam, tomata i pastanaga
Crema xoco cooperativa

dc

17
Bròquil amb beixamel

Mongeta seca guisada a/ verdura

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

dj

18
Pasta amb tomata natural

Truita de xampinyons

Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dv

19
Sopa vegetal de fideus
(brou verdures natural i fideus)
Tofu eco a la romana

Enciam, tomata, olives verdes
Pa integral i fruita

4

dll

22
Verdura saltejada

Macarrons amb tomata

Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dm

23
Crema de verdura

Llenties guisades amb carbassa
(patata, carbassa i pèsol)
Enciam, pastanaga i olives verdes
Fruita

dc

24
Arròs quatre gustos.
(pastanaga, pèsol, blat moro i xampinyons)
Truita d'espinacs

Enciam, tomata i pastanaga
Pa integral i fruita

dj

25
Puré de patata natural

Cigrons guisats

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

dv

26
Patata mongeta i pèsol al vapor

Canelons d'espinacs

Enciam, tomata, olives verdes
Pa integral i fruita

5

dll

dm

dc

dj

dv