



ESCOLA PERICOT - MAIG 2021 - OVOLACTOVEGETARIA

1	dll	3 Tallarines italiana (amb salsa tomata natural) Hamburguesa vegetal planxa (soja i verdures) Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres Pa integral i fruita	dm	4 Patata mongeta i carbassó vapor Cigrons guisats Enciam, pastanaga i olives verdes Fruita	dc	5 Arròs amb verdures (carbassó, pèsol i pastanaga) Truita francesa Enciam, blat de moro i soja Pa integral i fruita	dj	6 Pastís de verdures (patata, mongeta, carbassó i pèsol) Truita francesa Enciam, tomata, olives verdes Pa integral i fruita	dv	7 Crema de llegums (lenties, patata, pastanaga i ceba) Arròs amb sanfaina Enciam, blat de moro i soja Pa integral i fruita
2	dll	10 Espaguetis integrals italiana (salsa tomata natural) Tofu eco a la romana Enciam, tomata i pastanaga Pa integral i fruita	dm	11 Bròquil amb beixamel Fesolets bullits amb patata Enciam, pastanaga i blat de moro logurt natural	dc	12 Arròs quatre gustos. (pastanaga, pèsol, blat moro i xampinyons) Truita d'espinacs Enciam, tomata, olives verdes Pa integral i fruita	dj	13 Crema de verdura Empedrat Enciam, pastanaga i olives verdes Fruita	dv	14 Patata, pèsol i pastanaga bullits Hamburguesa vegetal planxa (soja i verdures) Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres Pa integral i fruita
3	dll	17 Patata mongeta i bròquil al vapor Cigrons guisats Enciam, pastanaga i blat de moro Pa integral i fruita	dm	18 Arròs integral amb tomata (salsa tomata natural) Truita de carbassó Enciam, blat de moro i soja Fruita	dc	19 Crema de verdura Amanida de lenties i arròs (amb tomata i tonyina) Enciam, tomata, olives verdes Pa integral i fruita	dj	20 Macarrons amb tomata natural Hamburguesa vegetal planxa (soja i verdures) Enciam, pastanaga i blat de moro Flam cooperativa	dv	21 Crema de llegums (mongeta seca, patata, pastanaga i ceba) Canelons d'espinacs (amb beixamel i formatge gratinat) Enciam, blat de moro i soja Pa integral i fruita
4	dll	24 Festa	dm	25 Arròs amb verdures (carbassó, bolets i pastanaga) Ous al forn amb tomata Enciam, tomata, olives verdes logurt natural	dc	26 Pastís de verdures (patata, mongeta, carbassó i pèsol) Macarrons amb tomata Enciam, blat de moro i soja Pa integral i fruita	dj	27 Cigrons bullits amb patata Truita de formatge Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres Fruita	dv	28 Ensaladilla russa s/tonyina (amb maionesa i ou dur) Tofu eco a la romana Enciam, tomata, olives verdes Pa integral i fruita
5	dll	31 Macarrons amb tomata natural Hamburguesa vegetal planxa (soja i verdures) Enciam, blat de moro i soja Pa integral i fruita	dm	1	dc	2	dj	3	dv	4