



ESCOLA PERICOT - VEGETARIÀ

MARÇ 2023

DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		PATATA PÈSOL I PASTANAGA eco OUS AL FORN Enciam, tomata i raves PA INTEGRAL I FRUITA	SOPA DE PASTA VEGETAL LLENTIES AMB QUINOA Enciam, pebrot i pastanaga PA INTEGRAL I FRUITA eco	ARRÒS AMB TOMATA TRUITA DE XAMPINYONS Enciam, cogombre i remolatxa PA INTEGRAL I FRUITA
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
PATATA MONGETA I PASTANAGA eco CROQUETES VEGETALS Enciam, blat de moro i soja PA INTEGRAL I FRUITA	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMATA TRUITA DE FORMATGE Enciam, tomata i cogombre PA INTEGRAL I FRUITA eco	CIGRONS BULLITS AMB PATATA MANDONGUILLES SOJA Enciam, pastanaga i olives PA INTEGRAL I FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ eco I PORRO MACARRONS BOLONYESA VEGETAL Enciam, blat de moro i remolatxa PA INTEGRAL I FRUITA	CREMA DE VERDURA MONGETA eco BULLIDA AMB PATATA Enciam, tomata i ceba PA INTEGRAL I FRUITA
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
ARRÒS 4 GUSTOS TOFU A LA ROMANA Enciam, pastanaga i blat de moro PA INTEGRAL I FRUITA eco	ESPAGUETIS INTEGRALS ITALIANA TRUITA FRANCESA Enciam, cogombre i remolatxa PA INTEGRAL I FRUITA	CIGRONS AMB PATATA I COL eco ARRÒS AMB SANFAINA Enciam eco, pebrot i pastanaga PA INTEGRAL I FRUITA	PATATA MONGETA I BRÒQUIL FALAFELS DE CIGRÓ Enciam, roure, tomata eco i olives PA INTEGRAL I FRUITA	CREMA DE LLEGUMS eco CANELONS D'ESPINACS Enciam, blat de moro i soja PA INTEGRAL I FRUITA
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
PATATA MONGETA I CARBASSÓ eco HAMBURGUESA VEGETAL Enciam eco, cogombre i remolatxa PA INTEGRAL I FRUITA	CREMA DE VERDURES LLENTIES eco AMB ARRÒS Enciam, roure, tomata i olives PA INTEGRAL I FRUITA	PASTA AMB TOMATA TRUITA DE CARBASSÓ eco Enciam, pastanaga i api PA INTEGRAL I FRUITA	CREMA DE VERDURA FESOLETS eco BULLITS AMB PATATA Enciam, tomata i raves PA INTEGRAL I FRUITA	ARRÒS AMB TOMATA VERDURA AMB OU DUR Enciam eco, blat de moro i soja PA INTEGRAL I FRUITA
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
LLENTIES eco BULLIDES AMB PATATA DELÍCIES DE BRÒQUIL Enciam, pastanaga i olives PA INTEGRAL I FRUITA	MACARRONS AMB TOMATA VERDURA + OU DUR Enciam eco, blat de moro i remolatxa PA INTEGRAL I FRUITA	PATATA PÈSOL I PASTANAGA eco TOFU A LA ROMANA Enciam, tomata i cogombre PA INTEGRAL I FRUITA	ARRÒS AMB VERDURES TRUITA FRANCESA Enciam eco, pebrot eco i pastanaga PA INTEGRAL I FRUITA	SOPA DE PASTA HAMBURGUESA VEGETAL Enciam, roure, tomata i olives PA INTEGRAL I FRUITA eco