

MENÚ

MARÇ DOLORS GRANES
SENSE CARN

01 Dilluns Arròs amb pastanaga, olives i oli d'alfàbrega Peix a la planxa amb ketchup casolà Fruita del temps	02 Dimarts Amanida variada amb vinagreta de fruits secs Macarrons amb salsitxes vegetals, bròcoli i ceba amb formatge Fruita del temps	03 Dimecres Ou dur amb maionesa casolana i tonyina Cigrons estofats al curri amb verdures Fruita del temps	04 Dijous Brou vegetal amb pasta Hamburguesa vegetal amb daus tomàquet i orenga Fruita del temps	05 Divendres Patata i bròcoli Bacallà a la llauna amb mongetes Iogurt d'ovella amb sucre morè
08 Dilluns Búrgul amb salsa de verdures Sèpia a la planxa amb amanida Fruita del temps	09 Dimarts Crema de pastanaga amb taronja i cigrons cruixents Truita de patata amb carbassó i pa amb tomàquet Fruita del temps	10 Dimecres Arròs amb oli d'herbes Fricandó de seitan amb salsa de verdures Iogurt de vaca amb sucre morè	11 Dijous Espirals amb pesto d'espínacs, alfàbrega, fruits secs i formatge Peix segon mercat al forn amb amanida Fruita del temps	12 Divendres Amanida variada amb vinagreta de taronja Llenties amb arròs i verdures Fruita del temps
15 Dimarts Cus cus integral amb oli d'herbes Estofat de seitan amb verdures Fruita del temps	16 Dimarts Mongetes del carai estofades amb verdures Truita de patata i calçots amb amanida Fruita del temps	17 Dimecres Crema de carbassó i porro amb sèsam Espirals amb cigrons, pastanaga, tomàquet i orenga Fruita del temps	18 Dijous Arròs integral saltejat amb verdures Peix al forn segons mercat a la llauna amb amanida Fruita del temps	19 Divendres Patata amb pastanaga i bledes Nuggets vegetals Crema La Fageda
22 Dilluns Arròs integral amb salsa de tomàquet, carbassa i remolatxa Salsitxes vegetals amb amanida Fruita del temps	23 Dimarts Patata amb bròcoli LLenties estofades amb arròs integral Fruita del temps	24 Dimecres Amanida amb torrades i hummus de cigrons Truita de patata i ceba Iogurt de vaca amb sucre morè	25 Dijous Espirals amb olives, daus de tomàquet i formatge fresc de cabra mogent amb orenga Peix fregit segons mercat Fruita del temps	26 Divendres Crema de carbassó i ceba Pizza de verdures i tonyina amb formatge Fruita del temps

Peixos fregits: Sonsos i Maires Peixos al forn: Bacallà i Lluç Mamitako o Pastís: Bonítol