

OVOLACTEOVEGETARIÀ

## MENÚ MENJADOR ESCOLAR

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

EL 95% DEL NOSTRE PRODUCTE ÉS DE PROXIMITAT I/O ECOLÒGIC (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics, etc.)

EL 95% DEL NOSTRE PEIX ÉS FRESC

LES CARNES I EL POLLASTRE SÓN DE GRANGES DE PROXIMITAT

Crema de verdures de temporada  
Proteïna vegetal

i enciam i olives  
Peça de fruita

Espirals bolonyesa amb picada de proteïna vegetal  
Ous gratinats

amb salsa de tomàquet i formatge i enciam meravella  
logurt d'ovella la Cleda

Amanida completa  
Enciam, tomàquet, olives, cogombre

Mongeta de Sta. Pau estofades amb verdures i daus de tomàquet amanit  
Peça de fruita

Amanida d'arròs (enciam, blat de moro, tomàquet)  
Proteïna vegetal

i enciam meravella  
Peça de fruita

Verdura variada

Truita de patates i ceba

i amanida variada  
Peça de fruita

Crema de verdures de temporada  
Croquetes de proteïna vegetal al forn i amanida variada  
Peça de fruita

Cous-cous a la carbonara vegetal amb carbassó  
Proteïna vegetal

i enciam de Roure  
Peça de fruita

Pasta amb salsa de tonyina i sofregit de ceba i tomàquet  
Truita de carbassó casolana amb ous ecològics del Rull i pastanaga a rodanxes  
Peça de fruita

Verdura de temporada amb rajolí d'oli  
Proteïna vegetal

i amanida variada  
Peça de fruita

Amanida completa  
Enciam, tomàquet, olives, cogombre

Cigrons estofats amb verdures  
logurt del Berguedà

Verdura de temporada

Proteïna vegetal

i enciam de Roure  
Peça de fruita

Amanida completa amb formatge  
Enciam, tomàquet, olives, cogombre

Llenties estofades amb verdures i enciam  
logurt ecològic Boisans

Arròs amb tomàquet i sofregit de ceba

Truita de formatge

i enciam i cogombre  
Peça de fruita

AQUEST MENÚ

ES CANVIARÀ PEL MENÚ DEL DIA DE LA FESTA QUE HAGI TRIAT CADA ESCOLA

PLAT COMBINAT  
PICA-PICA

PATATES FREGIDES  
PASTA AMB TOMÀQUET

GELAT

Als nostres menús posem peix blau o blanc depenent del que trobem a la llotja

Proteïna VEGETAL:

VEGEBURGER DE TOFU

VEGEBURGUER DE SEITAN  
VEGENUGGET DE TOFU I FORMATGE  
LLIBRETS DE TOFU

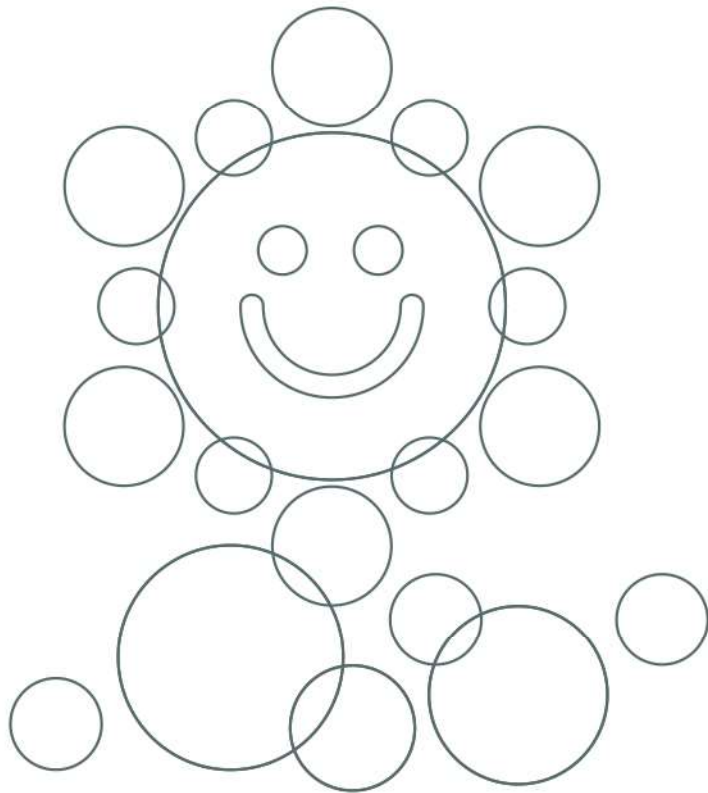
CROQUETES D'ESPINACS AMB CIGRONS  
ETC



# menú juny

## Proposta de sopars a casa

Solució a l'endevinalla: EL PEIX



Pinta'm !!!!

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
29	30	31	01	02
			<b>Macarrons amb tomàquet</b> <b>Peix blanc a la planxa</b> logurt	<b>Amanida capresse</b> tomàquet, mozzarella i alfàbrega <b>Pizza de verdures</b> logurt
<b>Arròs amb xampinyons</b> i ceba dolça Salsitxes  logurt	<b>Crema de pastanaga i porro tèbia</b>  <b>Peix blau a la planxa</b>  logurt	<b>Sopa de lletres</b>  <b>Truita d'espàrrecs verds</b> <b>Peça de fruita</b>	<b>Cous cous amb verduretes</b>  <b>Peix blanc al forn amb salseta de tomàquet</b> logurt	<b>Vichyssoise amb rostes de pa</b>  <b>Croquetes al forn de bacallà</b> <b>Peça de fruita</b>
<b>Amanida freda d'espitals amb tomàquet, ceba i olives</b> Pollastre a la planxa  logurt	<b>Mongeta verda amb patata</b> <b>Llom amb formatge</b>  Peça de fruita	<b>Amanida freda de Quinoa</b> tomàquet, ceba i cogombre <b>Sonso fregit</b>  logurt	<b>Arròs amb tomàquet</b>  <b>Truita d'espínacs</b> logurt	<b>Amanida variada</b>  <b>Pa amb tomàquet formatge, gall d'indi i pernil salat</b> Peça de fruita
<b>Macarrons amb tomàquet</b> pastanaga i ceba <b>Truita amb formatge i orenga</b> logurt	<b>Crema de carbassó amb ceba i patata</b> <b>Gambes a la sal</b>  logurt	<b>Mill amb verduretes</b>  <b>Conill amb samfaina</b>  Peça de fruita		
26	27	28	29	30