

VEGETARIÀ (NO CARN)

## 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

LAS CARNES I EL POLLASTRE SÓN DE GRANGES DE PROXIMITAT

Verdura de temporada

Arròs amb tomàquet amb sofregit de ceba i tomàquet

Croquetes vegetals

Hamburguesa vegetal

i bastonet de pastanaga  
Peça de fruita

i tomàquet amanit  
Peça de fruita

Espirals amb sofregit de verdures  
Ous gratinats al forn amb ous del Rull  
i enciam amb soia  
Peça de fruita

Arròs amb bolets  
Bunyols de bacallà

i bastonet de pastanaga  
Peça de fruita

Verdura de temporada  
Calamar estofat

Pèsols amb rajolí d'oli  
Peix al forn amb verdures

i enciam meravella  
Peça de fruita

i bastonet de pastanaga  
logurt el Berguedà

**Proteïna VEGETAL:**

**VEGEBURGUER DE TOFU**

**VEGEBURGUER DE SEITAN  
VEGENUGUET DE TOFU I FORMATGE  
LLIBRETS DE TOFU  
CROQUETES D'ESPINACS AMB CIGRONS**

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

Crema de verdures

Truita de patates i calçots

i enciam meravella  
Peça de fruita

Pastis d'espínacs i patata  
Salsitxes vegetals

i enciam i olives  
Peça de fruita

Sopa vegetal de pistons  
Peix al forn

i amanida i àpid  
Peça de fruita

Verdura de temporada  
Peixet blau  
enfarinat i fregit i enciam de Roure i àpid  
Peça de fruita

Macarrons bolonyesa amb picada de proteïna vegetal

Peix al forn amb llit de ceba dolça

i enciam amb olives  
Peça de fruita

Escudella vegetal amb cigrons  
Peix amb samfaina

i enciam de Roure  
Làctic la Fageda

Arròs amb tomàquet  
Truita de patata i ceba

i enciam de Roure  
Peça de fruita

Amanida completa amb formatge fresc i ou dur  
Llenties estofades amb verdures

Peça de fruita

Amanida completa amb formatge fresc, tonyina i poma

Mongeta estofada amb verdures

logurt d'ovella la Cleda

Verdura de temporada  
Hamburguesa vegetal

i enciam i olives  
Peça de fruita

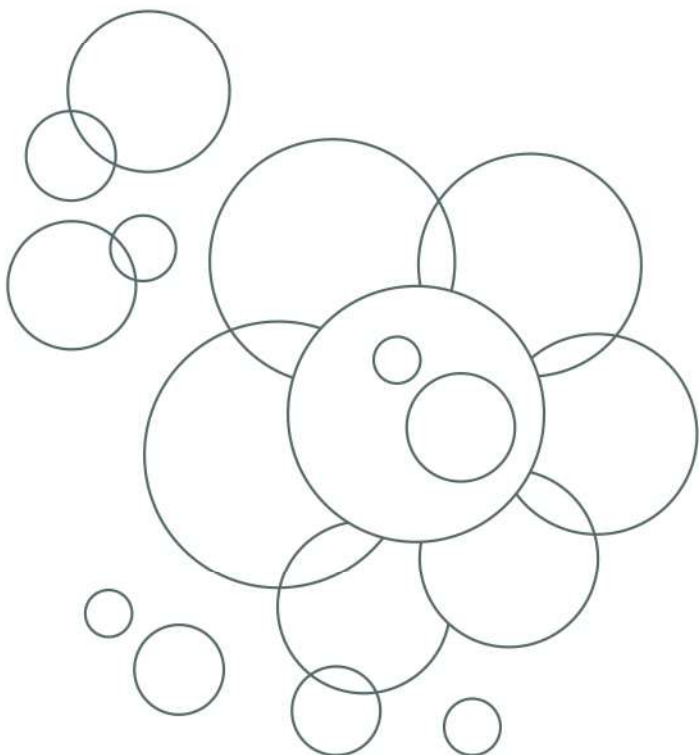
Crema de porro  
Fideus a la cassola amb verdures i tomàquet amanit

Peça de fruita

# 2018 menú **març**

## Proposta de sopars a casa

Solució a l'endevinalla: LA PAPALLONA



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
26	27	28	01	02
Sopa de pistons	Crema de pastanaga	Espirals amb tomàquet i tonyina	Macarrons amb espàrrecs verds, pollastre a la planxa	Fajites amb pollastre i verdures
Peix al forn	costella de porc al forn amb mel	Peix a la planxa	amanida	amanida de tomàquet
Llit de carbassó i ceba	Amanida	Bolets saltejats	Peça de fruita	logurt
logurt	logurt	Peça de fruita	Cous cous amb verdures i curri	Crema de porro
Escalivada amb llit de patata i formatge	Sopa de lletres	Arròs amb carxofes i xampinyons	Brotxetes de pollastre	Pa amb tomàquet i embotit
Calamars amb cebeta i pèsols	Hamburguesa vegetal	Peix a la planxa	Bastonets de pastanaga	
amanida	bastonets de pebrot	albergínia arrebossada	logurt	logurt
logurt	iogurt	logurt	Crema de verdures variades	Tomàquet amb formatge fresc
Arròs amb tomàquet	Verdura de temporada amb patata	Espaguetis a la bolonyesa	Truita francesa	Pizza
Peix a la planxa	Pollastre arrebossat	Truita d'espínacs	Tomàquet amanit	
Bastonets de pastanaga	amanida	Bastonets de cogombre	Peça de fruita	logurt
logurt	logurt	Peça de fruita	Crema de carbassa, pastanaga i poma amb patata	Amanida amb rul-lo de cabra fos
			Pinxos de gall d'indi	Biquini
			Carxofes arrebossades	logurt
26	27	28	29	30

Pinta'm !!!!