

MARÇ SENSE CARN

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1
				Mongeta del Carai amb verdures
				Truita de patata i ceba
				Fruita del temps
4	5	6	7	8
	Cus cus integral amb salsa de verdures	Brou vegetal amb pasta	Cigrons amb arròs	Crema de verdures amb pipes
FESTA	Truita francesa amb formatge i amanida	Lluç al forn amb pastanaga i sèsam	Ou dur farcit amb tonyina i maionesa	Espaguetis a la bolonyesa de seitan i formatge
	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt natural de vaca ecològic amb sucre morè	Fruita del temps
11	12	13	14	15
Arròs amb pastanaga, alls tendres i carbassó	Llenties estofades amb verdures	Espirals amb salsa de verdures	Amanida de colors amb fruita	Patata amb pastanaga i bròcoli
Peix al forn	Truita de calçots i patata i amanida	Maires arrebossades amb allioli casolà	Fricandó de seitan amb patates fregides casolanes	Salsitxes vegetals amb daus de tomàquet
Fruita del temps	Fruita del temps	logurt d'ovella amb flocs de blat de moro	Fruita del temps	Fruita del temps
18	19	20	21	22
Crema de verdures amb crostons	Amanida de patata, pastanaga, olives, tonyina	Macarrons amb pesto d'alfàbrega, espinacs i fruits secs	Mongetes estofades amb verdures	Arròs amb salsa napolitana
Peix a la planxa amb amanida	Seitan arrebossat amb maionesa casolana	Ous al plat	Hamburguesa vegetal amb ketxup casolà	Bacallà amb pastanaga ratllada
Fruita del temps	Crema de vainilla de la Fageda	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
25	26	27	28	29
Cus cus integral amb salsa de verdures	Amanida tèbia de pasta amb pastanaga ratllada, tonyina i olives	Arròs integral amb bròquil i pipes torrades	Amanida tèbia de cigrons, tomàquet fresc, orenga i enciams	Crema de verdures
Salsitxes vegetals	Llenties estofades	Truita de patata i ceba i pa amb tomàquet	Marmitako de Bonitol	Pizza amb tonyina, verdures i formatge
Fruita del temps	Fruita del temps	logurt de maduixes ecològic	Fruita del temps	Fruita del temps