

SECUNDÀRIA

MENÚ VEGETARIÀ

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|---|--|--|--|--|
| 28 | 29 | 30 | 1 | 2 |
| | | | <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb patata i verdures · Croquetes de carbassa i formatge amb amanida d'enciams, panses i poma · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal amb pasta · Lenties guisades amb arròs, patata i verdures · logurt |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| FESTIVA | FESTIVA | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Salsitxes de tofu amb salsa de tomàquet · Fruita del temps | FESTIVA | <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis marcianos · Hummus amb basonets de pastanaga i sèsam · Fruita del temps |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Lenties guisades amb patata i verdures · Seità a la planxa amb amanida d'enciams i sèsam · logurt | <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons napolitana · Hamburguesa de tofu i espinacs amb xips de moniato · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pastanaga, olives, bròcoli i daus de formatge · Truita de calçots i amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures d'hivern · Pastís de mill, mongeta del carai i verdures gratinat · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb arròs · Mandonguilles vegetals en salsa de tomàquet i remolatxa · Formatge amb codony |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, carbassa i patata · Fricandó de seità amb pastanaga · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai amb verdures · Truita de patates amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps | <ul style="list-style-type: none"> · Sopa vegetal de Nadal amb galets · Canelons de verdures gratinats amb beixamel · Torrons | <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de tomàquet · Vegenugets de tofu i formatge amb amanida d'enciams i remolatxa · logurt | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| VACANCES DE NADAL | | | | |

Tots els plats estan elaborats per les cuineres del centre apartir d'ingredients frescos, ecològics de proximitat i de temporada

Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: cogombre, tomàquet, olives, pastanaga, remolatxa, pipes de girasol, sèsam torrat, llavors de lli i germinats.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas Framis i Gabor Smit (AEDN: 2303)