

MENÚ OVO-LACTO-VEGETARIANO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrones napolitana · Hamburguesa de seitán y calabaza con ensalada de lechugas y aceitunas · Yogurt 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de calabaza y puerro con picatostes · Salsichas de tofu con salsa de tomate · Fruta del tiempo 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Lentejas guisadas con verduras · Tortilla de patatas con ensalada de lechugas y zanahoria · Fruta del tiempo 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arroz con tomate · Croquetas de calabaza y queso, con ensalada de lechugas y sésamo tostado · Fruta del tiempo 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col y patata con aceite de ajo · Brochetas de tofu, sésamo y salsa teriyaki vegetal, con ensalada · Bizcocho de yogurt
<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verduras con fideos · Pizza con napolitana con tomate, verduras y mozzarella · Yogurt 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> · Garbanzos estofados con verduras · Seitán rebozado con ensalada de lechugas y germinados · Fruta del tiempo 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verduras de invierno con picatostes · Garbanzos salteados con arroz, tomate y zanahoria · Yogurt 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis carbonara vegetal · Hamburguesa de tofu y champiñones con tomate · Fruta del tiempo 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arroz integral a la cazuela con verduras · Albóndigas vegetales en salsa · Fruta del tiempo
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> · Brócoli, coliflor y patata gratinados con bechamel · Frankfurt de tofu al horno con ensalada de lechugas y remolacha · Fruta del tiempo 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arroz 3 delicias con mortadela de tofu en lugar de jamón dulce · Lentejas guisadas con verduras · Yogurt 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrones napolitana · Hamburguesa de tofu y shiitake a la plancha con patatas chips · Fruta del tiempo 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> Escudella vegetal completa · Sopa de verduras y pasta · "Pilota" vegetal, verduras y garbanzos · Fruta del tiempo 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> · Alubias del ganxet guisadas con verduras · Croquetas calabaza y queso con ensalada de lechugas y aceitunas · Fruta del tiempo
<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arroz integral con verduras · Vegenugets con ensalada de lechugas, pasas y nabo rallado · Queso con membrillo 	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verduras con pasta · Hamburguesa de seitán y queso con ensalada de lechugas y manzana · Fruta del tiempo 	1	2	3

Todos los platos están elaborados por los cocineros del centro a partir de ingredientes frescos, ecológicos de proximidad y de temporada a excepción de la ternera.

Las ensaladas se hacen con lechugas diversas y otros ingredientes según la temporada: pepino, tomate, aceitunas, zanahoria, remolacha, pipas de girasol, sésamo tostado, semillas de lino y germinados.

Menús elaborados y revisados por Joan Maria Ribas Framis y Gabor Smit (AEDN: 2303)