

MENÚ VEGETARIÀ

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|---|--|---|--|
| <p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb tomàquet · Truita de patates i amanida d'enciams i olives · logurt | <p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb pasta · Pastís de mill, mongeta del carai i verdures gratinat · Fruita del temps | <p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb verdures · Seità arrebossat i amanida d'enciams i olives · logurt | <p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de col i patata · Lassanya de lleties i arròs integral amb beixamel · Fruita del temps | <p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cous cous de verdures · Mandonguilles vegetals en salsa · Fruita del temps |
| <p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porros amb crostonets · Cigrons saltejats amb arròs i verdures · logurt | <p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la bolonyesa vegetal · Truita d'espínacs i amanida d'enciams i remolatxa ratllada · Fruita del temps | <p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> · Pastís de patata, tomàquet i verdures gratinat · Hamburguesa de seità i carbassa amb amanida d'enciams i germinats · Fruita del temps | <p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Tofu al forn amb salsa verda i amanida d'enciams i olives · logurt | <p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> · Lleties guisades amb patata i verdures · Croquetes de mill, panses i verdures i amanida d'enciams i olives · Fruita del temps |
| <p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> · Bròcoli, col-i-flor i carbassa gratinats amb beixamel · Hamburguesa de seità i shiitake amb amanida d'enciams i pipes de girasol · Fruita del temps | <p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies amb mortadel·la de tofu enlloc de pernil dolç · Hummus amb basonets de pastanaga i sèsam · Fruita del temps | <p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> · Crema de lleties vermelles i verdures · Pizza de tomàquet, verdures i mozzarella · Fruita del temps | <p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons napolitana · Vegenugets de tofu i formatge, amb amanida d'enciams i nap ratllat · logurt | <p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> · Escudella vegetal completa · Sopa de verdures amb pasta · Pilota vegetal, verdures i cigrons · Fruita del temps |
| <p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la carbonara vegetal · Croquetes de carbassa i formatge amb salsa de tomàquet i amanida · Fruita del temps | <p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb mongeta del carai i fideus · Fricandó de seità amb pastanaga · Fruita del temps | <p>1</p> | <p>2</p> | <p>3</p> |

Tots els plats estan elaborats pels cuiners del centre, Àlex, Adelina i Mireia, a partir 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)