

MENÚ OVOLACTI-VEGETARIÀ

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	Divendres 1

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos

Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 4	1	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
		PASTA BOLONYESA VEGANA	CREMA DE CARBASSA	AMANIDA DE PASTA AMB VERDURES	PIZZA
		(1)		(1,10)	(1)
		TOFU AMB AMANIDA DE COL I PASTANAGA	ARRÒS DE VERDURES	ESTOFAT DE VERDURES	TIME
				(6)	
		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
		Amanida de brots tendres	Amanida de quinoa	Pizza vegetal	Croquetes de ciurons amb verdures

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos

MENÚ OVOLACTI-VEGETARIÀ

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
CREMA D'ESPINACS	MONGETES BLANQUES	CUSCÚS VEGETAL	ARRÒS MINISTRONE	PASTA AMB TOMÀTIGA
		(1,11)		(1)
SEITAN EN SALSÀ CAÇADORA AMB PATATA DELUXE	HEURA AL CURRI AMB ARRÒS VAPORITZAT	TOFU AMB MEL I TARONJA AMB ESCALIVADA	VERDURES A LA MALLORQUINA	TOFU A LA PLANXA AMB CARBASSA AL FORN
	(1)			
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Amanida i risotto de quinoa amb verdures i bolets	Amanida variada	Heura amb brocoli bullit	Coques mexicanes amb verdures saltejades	Amanida variada i croquetes de ciurons amb tomàtiga

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos

MENÚ OVOLACTI-VEGETARIÀ

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
SOPA DE BROU DE VERDURES	PÈSOLS SALTATS	CREMA DE PORROS I COLIFLOR	AMANIDA ALEMANYA DE PATATA	AMANIDA WALDORF
				(8,9,10)
BOLLIT VERDURES	TOFU EN Salsa AMB PATATA AL FORN	PICADA DE XAMPINYONS	SEITAN A LA MALLORQUINA AMB ARRÒS AROMATITZAT	LASANYA VEGANA
				(1)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Mongetes saltades	Tofu amb patata bullida	Pizza casolana variada	Espirals de llegum amb verdures al curri	Seitan amb puré de patata

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos

MENÚ OVOLACTI-VEGETARIÀ

Novembre 2024



Tots els productes, excepte el peix, són de producció ecològica i sempre que es pot de proximitat.

Utilitzem oli d'oliva verge extra per a cuinar i amanir.

Neus Goyeneche · Dietista-Nutricionista · Col. IB00088

Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
PASTA AMB SALSÀ DE PESTO	CREMA DE BOLETS	CIURONS "ESCALDINS"	PASTA ALFREDO AMB CARBASSÓ	CORNER SALAD
(1,8)				
AMANIDA DE BROTTS TENDRES i ESPÀRRECS	HEURA AL ROMANÍ i LLIMONA AMB PURÉ DE PATATA	SALTAT DE VERDURES	TOFU A LA PORTUGUESA AMB VERDURES SALTADES	HAMBURGUESA VEGANA AMB MONIATO AL FORN
				(1)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Tabulé amb vegetals i fruita seca	Tofu al vapor amb pebrots rostits	Burger vegana amb patata bullida	Saltat de coliflor	Minestrone

LLEGENDA D'AL·LERGÒGENS

(1) Gluten (2) Crustacis (3) Ou (4) Peix (5) Cacauets (6) Soia (7) Llet (8) Fruita seca de pela (9) Api (10) Mostassa (11) Sèsam (12) Sulfits (13) Tramussos (14) Mol·luscos