

MENÚ MARÇ ESCOLA 2023

VEGETARIÀ

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
DINAR			FESTIU 	PASTA INTEGRAL AMB SALSÀ DE FORMATGE (1,3,7) HAMBURGUESA VEGETAL (6) LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE MONGETA PINTA AMB VERDURA OUS AL FORN AMB PATATA (3) IOGURT NATURAL (7)
	DILLUNS 6 <i>Meat free</i>	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
DINAR	SOPA AMB BROU DE VERDURES (1,3,9) TRUITA DE PATATA (3) CANONGES, TOMÀTIGA I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA (Lletuga, tomàtiga, blat de les índies i olives) AGUIAT D'HEURA AMB PATATA (6) FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS BRUÓS AMB PASTANAGA FALAFEL (1) MONGETA VERDA SALTEJADA AMB CEBÀ IOGURT NATURAL (7)	CIURONS ESCALDINS OUS AL FORN (3) AMB SALSÀ DE PEBRE VERMELL PATATA AL FORN FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ PASTA A LA BOLONYESA AMB SOJA TEXTURITZADA (1,3) LLETUGA I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
DINAR	NYOQUIS DE PATATA AL PESTO (1,3,8) CROQUETES D'ESPINACS (1,2,3,4,6,7,8,9,14) LLETUGA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA I GINGEBRE AMB CROSTONS (1,9) OUS AL FORN AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA I PATATA ROSTIDA (3) FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE LLENTIES AMB VERDURA (1) HAMBURGUESA VEGETAL (6) AMANIDA CAPRESSE (tomàtiga, formatge i orenga) (7) IOGURT NATURAL (7)	SOPA AMB BROU DE VERDURES (1,3,9) TOFU AL FORN AMB SALSÀ DE CÍTRICS (6) BRÒQUIL VAPOR FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA TRUITA FRANCESA (3) AMANIDA VERDA (tomàtiga, lletuga, pebre verd, cogombre i cebà) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
DINAR	ARRÒS AMB PASTANAGA TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ (3) LLETUGA I TOMÀTIGA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSSEOISE DE PORROS AGUIAT DE TOFU AMB PATATA I PÈSOLS (6) FRUITA DEL TEMPS	AGUIAT DE CIURONS TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA, PASTANAGA I BROS DE SOJA (6) IOGURT NATURAL (7)	PATATES I COLIFLOR A LA CARBONARA VEGETAL (6) HEURA A LA PLANXA AMB PICADA D'ALL I JULIVERT (6) CANONGES, TOMÀTIGA I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	SOPA AMB BROU DE VERDURES (1,3,9) AGUIAT DE PILOTES DE SOJA TEXTURITZADA A LA JARDINERA (6) FRUITA DEL TEMPS
	DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
DINAR	MACARRONS NAPOLITANA (1,3) FALAFEL (1) LLETUGA I PINYA FRUITA DEL TEMPS	PURÉ DE CIURONS AMB ESPINACS TOFU AL CURRY (6) ARRÒS BLANC BULLIT FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA GREGA (canonges, xerri, cogombre, olives negres i formatge) (7) AGUIAT DE SOJA TEXTURITZADA AMB PATATA I VERDURA (6) FRUITA DEL TEMPS	CUINAT DE LLENTIES (1) TRUITA FRANCESA (3) LLETUGA I TOMÀTIGA IOGURT NATURAL (7)	ARRÒS SALTEJAT AMB PÈSOLS I PASTANAGA HEURA A L'ESPATLLA (6) LLETUGA JULIANA I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS



VEGETARIÀ

ENTENEM COM A VEGETARIÀ AQUELLS INDIVIDUS QUE NO MENGEN CARN NI PEIX PERO QUE SI QUE MENGEN OU I LÀCTIS. Els canvis del menú principal estaran destacats en vermell.