

FEBRER 2025

MENÚ OVOLACTO VEGETARIÀ AMB PEIX

DILLUNS

3
Macarrons amb sofregit de tomàquet i formatge ratllat
LLuç al forn amb salsa de verdures
Fruita del temps

DIMARTS

4
Crema de carbassa amb oli d'oliva
Arròs a la cassola amb pèsols i rap
Fruita del temps

DIMECRES

5
Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot
Truita d'albergínia amb enciam i poma
logurt ecològic

DIJOUS

6
Pèsols saltats
Seità a la planxa amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIVENDRES

7
**FESTIU LLIURE
DISPOSICIÓ**

10
Llenties estofades amb ceba, pastanaga i arròs
Truita a la francesa enciam i blat de moro
Fruita del temps

11
Arròs amb sofregit de tomàquet
Tofu amb enciam i cogombre
Fruita del temps

12
Crema de coliflor amb crostons i oli d'oliva
Espaguetis a la carbonara vegetal
Fruita del temps

13
Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot
Rap enfarinat amb enciam i taronja
logurt ecològic

14
Verdura tricolor
Ou dur amb humus de cigró
Fruita del temps

17
Arròs tres delícies
Truita de patata i ceba amb enciam i remolatxa
Fruita del temps

18
Pèsols amb patata
Tempeh a la planxa amb enciam i blat de moro
logurt ecològic

19
Sopa de verdures
Tofu amb salsa
Fruita del temps

20
Crema de verdures amb oli d'oliva
LLuç al forn amb verduretes saltades
Fruita del temps

21
Cigrons amb tomàquet
Seità amb enciam i cogombre
Fruita del temps

24
Espirals amb crema d'espinacs
Rap enfarinat amb samfaina
Fruita del temps

25
Bròquil, moniato, col i patata amb oli d'oliva
Seità amb salsa
Fruita del temps

26
Llenties estofades amb porro, pastanaga i pebrot
LLuç amb tomàquet amanit
logurt ecològic

27
Arròs saltajat amb verdures
Truita de formatge amb enciam i pipes
Fruita del temps

28
Crema de carbassó amb oli d'oliva
Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot
Fruita del temps

