

OCTUBRE 2025
OVOLACTOVEGETARIÀ

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6

Pèsols amb patata i oli d'oliva
Quinoa amb salsa de xampinyons
Fruita del temps

13

Llenties estofades amb porro
pastanaga i pebrot
Temph amb enciam i tomàquet
Iogurt ecològic

20

Arròs integral amb sofregit de tomàquet
Ou dur amb pastanaga ratllada
Fruita del temps

27

Llenties estofades amb porro
pastanaga i pebrot
Trita a la francesa amb enciam i olives
Iogurt ecològic

7

Espaguetis amb crema d'espínacs
Trita d'albergínia amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

14

Arròs saltat amb verdures de la
temporada
Hamburguesa vegetal amb poma
Fruita del temps

21

Crema de carbassó amb oli d'oliva
Tofu arrebossat amb enciam i
cogombre
Fruita del temps

28

Gratinat de patata, pastanaga i carbassó
Hamburguesa vegetal amb xampinyons
Fruita del temps

1

Mongetes seques estofades amb verdures
Trita a la francesa amb tomàquet
amanit
Fruita del temps

8

Cigrons estofats amb porro i pastanaga
Nuguets de bròquil i formatge amb
enciam i poma
FRuita del temps

15

Crema de carbassa amb moniato i oli
d'oliva
Fideuà amb verdures i llegums
Fruita del temps

22

Cigrons estofats amb verdures
Trita de patates amb carbassó i xerris
Iogurt natural

29

Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva
Macarrons integrals amb soja
texturitzada
Fruita del temps

2

Macarrons saltats amb verdures (pebrot,
ceba i tomàquet)
Tofu arrebossat amb enciam i olives
Fruita del temps

9

Crema de carbassó amb oli d'oliva
Arròs a la cassola verdures i seità
Fruita del temps

16

Bròquil amb patata i oli d'oliva
Tofu arrebossat amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

23

Coliflor amb patata i oli d'oliva
Salsitxes de vegetals amb cebes i poma
Fruita del temps

30

Pèsols amb cebes pernil i oli d'oliva
Nuguets arrebossats amb enciam i
tomàquet
Fruita del temps

3

Crema de pastanaga amb oli d'oliva
Llenties estofades amb verdures
Fruita del temps

10

FESTIU LLIURE
DISPOSICIÓ

17

Mongetes seques estofades amb
cebes i pebrot
Trita amb enciam i pipes
Fruita del temps

24

Espirals amb herbes provençals i
formatge ratllat
Hamburguesa vegetal amb
patates fregides
Fruita del temps

31

Crema de verdures amb oli d'oliva
Arròs a la cassola amb daus
de seità
Fruita del temps

