

NOVEMBRE 2025
MENÚ OVOLACTOVEGETARIÀ

DILLUNS

3

FESTIU LLIURE
DISPOSICIÓ

10

Crema de verdures amb oli d'oliva
Seità amb pastanaga ratllada
Fruita del temps

17

Arròs tres delícies
Truita de formatge amb rodanxes de
cogombre
Fruita del temps

24

Llenties estofades amb porro i arròs
Truita a la francesa amb magrana i blat
de moro
Fruita del temps

DIMARTS

4

Arròs integral amb sofregit de
tomàquet
Tofu amb salsa verda
Fruita del temps

11

Cigrons estofats amb porro, pastanaga,
pebrot i arròs
Tofu a la llimona
Fruita del temps

18

Fideus a la cassola
Seità amb salsa
Fruita del temps

25

Mongeta tendra amb patata i oli
d'oliva
Seità amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIMECRES

5

Mongetes seques estofades amb
verdures
Truita de patata amb tomàquet amanit
logurt ecològic

12

Arròs saltajat amb verdures
Truita d'albergínia amb enciam i
olives
Fruita del temps

19

Crema de pastanaga i ceba
Mandonguilles de vegetals amb
sofregit de tomàquet
logurt ecològic

26

Tallarines amb sofregir de tomàquet i
formatge ratllat
Tempeh amb oli de cibulet i pastanaga
ratllada
Fruita del temps

DIJOUS

6

Espaguetis amb crema d'espinacs
Seità al forn amb ceba i poma
Fruita del temps

13

Llenties estofades amb verdures
Tempeh amb magrana i blat de
moro
logurt ecològic

20

pèsol amb patata i oli d'oliva
Tofu amb pastanaga ratllada
logurt ecològic

27

Crema de carbassa i mongetes
seques
Tofu amb prunes
logurt ecològic

DIVENDRES

7

Coliflor i patata amb oli d'oliva
Croquetes de mill amb pastanaga
ratllada
Fruita del temps

14

Mongeta tendra, patata i pastanaga
bullida
Espirals a la bolonyesa vegetal amb
soja texturitzada
Fruita del temps

21

Bròquil amb patata
Hamburguesa vegetal a la planxa
amb verdures saltades
Fruita del temps

28

Arròs integral amb sofregir de
tomàquet
Hamburguesa vegetal amb salsa
Fruita del temps

