

MENÚ VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
12	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis a la napolitana · Vegenugetts de tofu i fromatge i amanida d'enciams i poma · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassó amb crostonets · Fricandó de seità amb pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Empredrat de cigrons amb ceba, tomàquet i olives · Truita de patates i amanida d'enciams i pipes de girasol torrades · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'arròs, ceba, tomàquet, pastanaga i olives · Tofu al forn amb ceba i patata · Fruita del temps 	F E S T A
19	20	21	22	23
<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de pasta amb olives, tomàquet i tofu fumat · Ous al plat amb amanida d'enciams i pastanaga · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Sopa de verdures amb arròs · Hamburguesa de tofu i shiitakes amb patates xips · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties amb enciam, ceba, tomàquet i olives · Seità estofat amb pastanaga i tomàquet · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida russa s/tonyina amb maionesa · Vegenugetts arrebossats i amanida d'enciams i tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra i patata · Seità al curri amb poma · Fruita del temps
26	27	28	29	30
<ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Seità a la planxa i amanida d'enciams i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porros · Lassanya de picada vegetal gratinada amb beixamel · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i una mica de tomàquet · Tofu al forn amb ceba i tomàquet · Fruita del temps 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons guisats amb ceba i patata · Truita de carbassó i amanida d'enciams i pastanaga · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Trinxat de bleda, pastanaga i patata · Estofat de seità amb pastanaga · Fruita del temps

Tots els plats estan elaborats pels cuiners del centre, Xavi i Àlex, apartir d'ingredients frescos, ecològics de proximitat i de temporada

Les amanides es fan amb enciams variats i altres ingredients segons temporada: cogombre, tomàquet, olives, pastanaga, remolatxa, pipes de girasol, sèsam torrat, llavors de lli i germinats.

Menús elaborats i revisats per Joan Maria Ribas Framis i Gabor Smit (AEDN: 2303)