

MENÚ SENSE CARN

OVOLACTOVEGETARIÀ AMB PEIX, TARDOR HIVERN 2016-2017

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1a. Setmana	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrons amb tomàquet • Calamars a la romana amb enciam • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Puré de carbassó • Canelons d'espínacs • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de verdures • Truita de tonyina amb enciam • Làctic 	<ul style="list-style-type: none"> • Patates al forn amb romesco • Mandonguilles vegetals • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties estofades amb arròs • Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives • Fruita
2a. Setmana	<ul style="list-style-type: none"> • Fideuà amb sípia • Truita de patates amb formatge • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Mongeta verda amb patates • Bacallà amb tomàquet • Làctic 	<ul style="list-style-type: none"> • Arròs blanc amb tomàquet • Hamburguesa d'humus i verdures amb enciam • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de peix • Truita d'espínacs amb enciam i olives • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Cigrons amb verdures • Tires de bacallà arrebossat amb enciam • Fruita
3a. Setmana	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta de colors amb salsa de formatge • Mandonguilles de llegums amb salsa • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Pèsols amb patata • Empanada de tonyina • Làctic 	<ul style="list-style-type: none"> • Paella de verdures • Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de verdures • Cuscús amb ou dur i oli de menta • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Puré de verdures • Truita de carbassó amb formatge i enciam • Gelat
4a. Setmana	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis amb tomàquet • Croquetes de bacallà amb enciam i pastanaga • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Mongeta verda • Cigrons amb samfaina • Làctic 	<ul style="list-style-type: none"> • Arròs blanc amb tomàquet • Bacallà amb salsa verda • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de verdures • Truita de patates amb formatge, enciam i tomàquet • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Llenties estofades amb arròs • Lluç amb salsa de julivert i llimona • Fruita
5a. Setmana	<ul style="list-style-type: none"> • Fideus a la cassola • Bunyols de bacallà amb enciam i pastanaga • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Coliflor amb patates • Pizza de tonyina • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de verdures • Hamburgueses d'humus i verdures amb enciam • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Puré de carbassa • Truita de patates i formatge • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Cigrons amb verdures • Filet de lluç arrebossat i enciam • Fruita

Aquest menú ha estat revisat i aprovat per la dietista-nutricionista **Raquel Gay Bullich**