

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

2

LLENTIES AMB VERDURES (CEBA I PEBROT)
TOFU A LA PLANXA
AMANIDA VERDA
FRUITA

3

ESPIRALS AMB TOMÀQUET
MINESTRA DE VERDURES
ENCIAM I CEBA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

4

ARRÒS AMB TOMÀQUET NATURAL I OLIVES
NEGRES
FAVES AMB PASTANAGA
ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA

5

CREMA DE PORROS NATURAL
FRICANDÓ DE FILET VEGETAL AMB PATATA
FRUITA

8

PÈSOLS, PATATA I PASTANAGA
ALBERGÍNIA A LA PLANXA
TOMÀQUET A DAUS
FRUITA

9

MONGETES BLANQUES GUISADES AMB
BOLETS
TOFU AMB SALSAS DE TOMÀQUET
AMANIDA D' ENCIAM, BLAT DE MORO I
COGOMBRE
POSTRE VEGETAL DE SOJA

10

FIDEUÀ AMB VERDURES
CARBASSÓ AL FORN
AMANIDA D' ENCIAM, CEBA I TOMÀQUET
FRUITA

11

CREMA DE CARBASSÓ NATURAL AMB
CROSTONS
CIGRONS SALTEJATS AMB ALL I JULIVERT
FRUITA

12

RECEPTA FISH REVOLUTION
PAELLA AMB VERDURES
TOFU AMB SALSAS DE TOMÀQUET
FRUITA

15

VERDURA TRICOLOR (BRÒQUIL,
MONGETA I PASTANAGA)
CIGRONS AMB TOMÀQUET
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

16

LLENTIES AMB JARDINERA
TOFU A LA PLANXA
ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA

17

MAR DE TASMANIA: NOVA ZELANDA
SOPA DE VERDURES AMB PASTA
MONGETES BLANQUES AMB VERDURES
POSTRE VEGETAL DE SOJA

18

CREMA DE PASTANAGA
COCA DE VERDURES AMB BOLONYESA DE
LEGUMBRETA
FRUITA

19

MACARRONS AMB TOMÀQUET
TOFU AMB SALSAS DE VERDURES
TOMÀQUET I OLIVES
FRUITA

22

ARRÒS TRES DELÍCIES (AMB PÈSOLS, BLAT
DE MORO I PASTANAGA)
PANATXÉ DE VERDURES
ENCIAM I PEBROT VERMELL
FRUITA

23

MONGETES BLANQUES AMB PORRO I
SALSAS DE CÚRCUMA
TOFU A LA JARDINERA
ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA
POSTRE VEGETAL DE SOJA

24

JORNADA FISH REVOLUTION
ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET
PÈSOLS AMB PASTANAGA
TOMÀQUET AMANIT
FRUITA

25

CREMA DE CARBASSA I MONIATO
ROMESCADA DE CIGRONS AMB ARRÒS
BASMATI
FRUITA

26

MONGETES TENDRES AMB PATATES
TOFU AMB SALSAS DE TOMÀQUET
FRUITA

29

LLENTIES ESTOFADES AMB AROMA DE
CURRI
TOFU AMB SALSAS DE VERDURES
AMANIDA (AMANIDA D' ENCIAM I
TOMÀQUET)
POSTRE VEGETAL DE SOJA

30

SOPA DE VERDURES AMB PASTA
EMPANADA AMB SAMFAINA
ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA

