

**PROPOSTA DE MENÚ OVOLACTOVEGETERIÀ EN FORMAT ROTACIONAL  
EN TEMPORADA D'ESTIU (MAIG - OCTUBRE)**



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Amanida de lleties vegetal  <b>Truita de carbassó i patata amb enciam i pastanaga</b>  Fruita	Vichyssoice amb crostons de pa  <b>Pèsols amb tofu i patates dau</b>  Fruita	Mongeta verda amb patata  <b>Seitan arrebossat amb enciam i blat de moro</b>  Fruita	Amanida de mongetes seques  <b>Llacets amb salsa de tomàquet</b>  Gelats	Risotto de verdures  <b>Ous durs amb samfaina</b>  Fruita
Empedrat de mongeta blanca vegetal  <b>Tofu adobat a la planxa amb enciam i pastanaga</b>  Fruita	Arròs amb verdures  <b>Truita a la francesa amb enciam i olives</b>  Fruita	Saltejat de verdures i soja texturitzada  <b>Macarrons integrals al pesto</b>  Fruita	Amanida Russa vegetal  <b>Seitan al forn a la llimona</b>  Fruita	Bledes del Maresme amb patates saltejat amb all  <b>Salsitxes vegetals amb enciam i tomàquet</b>  Fruita
Crema de verdures i cigrons amb crostons de pa  <b>Hamburguesa vegetal amb enciam i tomàquet</b>  Fruita	Espaguetis integrals amb beixamel de coliflor  <b>Tofu saltejat amb verdures</b>  Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet  <b>Truita de mongetes seques amb enciam i olives</b>  Fruita	Mongeta verda amb patata i pastanaga  <b>Fricandó vegetal de seitan amb bolets</b>  Fruita	Amanida variada amb formatge fresc  <b>Cigrons saltejats amb verdures</b>  Gelats
Amanida tropical vegetal  <b>Truita de patates amb enciam i tomàquet</b>  Fruita	Vichyssoice amb crostons de pa  <b>Mongetes seques saltejades amb verdures</b>  Fruita	Bròquil amb patata i pastanaga  <b>Lleties estofades amb verdures</b>  Fruita	Arròs 3 delícies vegetal  <b>Tofu adobat a la planxa amb enciam i olives</b>  Fruita	Saltejat de verdures i soja texturitzada  <b>Espirals amb salsa de tomàquet i formatge</b>  Fruita
Mongeta verda amb patata  <b>Salsitxes vegetals amb enciam i tomàquet</b>  Fruita	Amanida variada amb formatge fresc  <b>Fideuà de verdures</b>  Fruita	Amanida Russa vegetal  <b>Truita a la francesa amb enciam i pastanaga</b>  Fruita	Amanida de cigrons amb ou dur  <b>Seitan a la planxa amb patates dau</b>  Gelats	Crema de carbassó i mongeta blanca amb crostons de pa  <b>Paella de verdures</b>  Fruita
Saltejat de verdures i soja texturitzada  <b>Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet</b>  Fruita	Amanida d'arròs vegetal  <b>Hamburguesa vegetal amb patates fregides</b>  Fruita	Mongeta verda amb patata  <b>Mongetes blanques saltejades amb verdures</b>  Fruita	Pastís de patata vegetal  <b>Truita de formatge amb enciam i olives</b>  Fruita	Bròquil amb patata i pastanaga  <b>Cigrons a la catalana</b>  Fruita