

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 FESTA Tots Sants	2 Espaguetis amb sofregit de ceba i tomàquet i formatge Mongetes saltejades amb all i julivert Fruita del temps	3 Llenties estofades Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Fruita del temps	4 Puré de verdures Broquetes de seità a la planxa amb enciam i olives Iogurt natural	5 Hummus amb bastonets de pastanaga Arròs integral amb verdures (porro, carbassó, carbassa) Fruita del temps
8 Espirals integrals amb salsa de coliflor Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps	9 Cigrons guisats amb verdures Truita de ceba i carbassó amb enciam i sèsam Iogurt natural	10 Verdura de temporada amb patates Mongetes saltejades amb ceba i pastanaga Fruita del temps	11 Puré de carbassa Cassola d'arròs amb llenties Fruita del temps	12 Sopa vegetal amb cabell d'àngel Remenat d'ou amb enciam i olives Iogurt natural
15 Arròs integral amb tomàquet Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Iogurt natural	16 Macarrons amb sofregit de verdures Mongetes saltejades amb ceba confitada i amanida Fruita del temps	17 Verdura de temporada amb patates Remenat d'ou amb amanida verda Fruita del temps	18 Llenties estofades amb verdures Arròs tres delícies vegetal (pastanaga, carbassó, porro) Fruita del temps	19 Patates i moniatos estofats Falafel de cigrons amb enciam i nap rallat Fruita del temps
22 Espirals integrals "marcianos" (amb salsa d'espínacs) Remenat d'ou amb enciam i olives Fruita del temps	23 Cigrons estofats amb verdures Cuscús amb pastanaga, ceba i xampinyons Fruita del temps	24 Arròs integral amb verdures Truita de formatge amb enciam i remolatxa Iogurt natural	25 Verdura de temporada amb patates Estofat de llenties amb moniato i cuscús Fruita del temps	26 Sopa vegetal amb galets Pilota de llegum i arròs amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita del temps
29 Puré de verdures Suquet de cigrons amb patates Fruita del temps	30 Macarrons amb sofregit de ceba i tomàquet i formatge Truita a la francesa amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita del temps			