

## Menú Gener Vegetarià

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9 Arròs integral amb tomàquet	10 Cigrons estofats amb verdures	11 Puré carbassa	12 Espaguetis amb sofregit de ceba i tomàquet i formatge	13 Verdura de temporada amb patates
Truita a la francesa amb enciam i olives	Cuscús amb ceba, moniato i bolets	Estofat de mongetes amb ceba i pastanaga	Remenat d'ou amb ceba i patata amb amanida verda	Hamburguesa de vegetal amb enciam i remolatxa
Iogurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
16 Llenties estofades amb naps, ceba i pastanaga	17 Verdura de temporada amb patates	18 Macarrons amb sofregit de ceba i tomàquet i formatge	19 Puré de verdures	20 Sopa vegetal amb fideus
Arròs tres delícies vegetal (porro, carbassa, pèsols)	Broquetes de tofu amb enciam i olives	Truita de verdures amb enciam i llavors de gira-sol	Cigrons saltejats amb arròs	Remenat d'ou amb alls tendres i enciam i pastanaga
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt natural
23 Patates i moniatos estofats	24 Arròs amb verdures (calçots, bròquil, pastanaga)	25 Sopa vegetal amb galets	26 Verdura de temporada amb patates	27 Espaguetis amb sofregit de ceba i tomàquet i formatge
Seità a rostit amb tomàquet	Truita de pastanaga de amb enciam i olives	Cigrons saltejats amb enciam i raves	Remenat d'ou amb enciam i nap	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga
Fruita del temps	Iogurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
30 Macarrons amb sofregit de ceba i tomàquet i formatge	31 Puré de verdures d'hivern			
Ous durs farcits amb enciam i llavors de gira-sol	Arròs amb mongetes			
Iogurt natural	Fruita del temps			