

Març 2025 – Ovolacteovegetarià

DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
3		4		5		6		7	
FESTA Dia de lliure disposició		Arròs integral amb tomàquet		Sopa de verdures amb galets		Llenties estofades amb verdures		DIA DE LA TERRA Dinar de pícnic	
		Truita de pastanaga i patata amb enciam i olives		Cigrons amb verdures del caldo		Cuscús amb salsa de moniato i ceba caramel·litzada			
		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps			
10		11		12		13		14	
Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba amb formatge		Crema de carbassa amb llenties vermelles		Verdura de temporada amb patates		Arròs integral amb verdures (porro, carbassa i xampinyons)		Cigrons estofats amb verdures	
Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga		Estofat de seità amb pastanaga		Hamburguesa casolana de llegums amb enciam		Truita a la francesa amb enciam i pastanaga		Cuscús amb ceba, coliflor i pastanaga	
Fruita del temps		Fruita del temps		Iogurt natural		Fruita del temps		Fruita del temps	
17		18		19		20		21	
Arròs integral amb tomàquet		Llenties estofades amb verdures		Crema de mongetes i porros		Verdura de temporada amb patates		Sopa vegetal amb fideus de cabell d'àngel	
Ous durs amb enciam i pastanaga		Fricandó de seità amb bolets		Cuscús amb ceba i pastanaga		Hamburguesa casolana de llegums amb amanida		Falafels de cigrons amb enciam i olives	
Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		Iogurt natural	
24		25		26		27		28	
Fideuà amb verdures		Patates i moniatos estofats		Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba amb formatge		Verdura de temporada amb patates		Purè de verdures de temporada	
Truita a la francesa amb enciam i olives		Llenties saltades amb arròs		Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga		Hamburguesa casolana de llegums amb enciam i remolatxa		Arròs a la cassola amb verdures i mongetes seques	
Fruita del temps		Fruita del temps		Fruita del temps		Iogurt natural		Fruita del temps	