

## Octubre 2024 – Ovolacteovegetarià

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 Arròs integral amb tomàquet	2 Crema de carbassó	3 Cigrons guisats amb verdures	4 Verdura de temporada amb patates
	Pèsols saltats amb alls i ceba	Truita a la francesa amb enciam i pastanaga	Espirals integrals amb salsa d'escalivada	Hamburguesa casolana de llegums amb enciam i cogombre
	Fruita del temps	Iogurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps
7 Llenties estofades amb verdures	8 Crema de verdures de temporada	9 Macarrons amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge	10 Verdura de temporada amb patates	11 Sopa vegetal amb fideus de cabell d'àngel
Arròs amb porro i carbassa	Truita de pastanaga amb enciam i remolatxa	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga	Truita a la francesa amb amanida	Falafels de cigrons amb enciam i olives
Fruita del temps	Iogurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
14 Fideuà amb verdures i xampinyons	15 Llenties estofades amb verdures	16 Verdura de temporada amb patates	17 Espaguetis amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge	18 Crema de carbassa
Truita a la francesa amb enciam i remolatxa	Fricandó de seità amb bolets	Croquetes de cigrons i enciam amb cogombre	Ous durs amb enciam i olives	Arròs guisat amb mongetes
Fruita del temps	Fruita del temps	Iogurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps
21 Espaguetis amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge	22 Crema de verdures de temporada	23 Cigrons estofats amb verdures	24 Arròs tres delícies vegetal	25 Verdura de temporada amb patates
Hamburguesa casolana de llegums amb enciam i cogombre	Truita de patates amb enciam i pastanaga	Cuscús amb carbassó i xampinyons	Truita a la francesa amb enciam i remolatxa	Mongetes guisades amb ceba i tomàquet
Fruita del temps	Iogurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
28 Llenties guisades amb verdures	29 Verdura de temporada amb patates	30 Espaguetis amb sofregit de ceba i tomàquet amb formatge	31	
Truita de pastanaga i ceba amb enciam i pastanaga	Seità rostit amb pèsols i enciam i olives	Falafels de cigrons amb salsa de poma	<b>FESTA</b> Dia de lliure disposició	
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps		

