

|       | Dilluns   | Dimarts  | Dimecres   | Dijous   | Divendres   |
|-------|---|--|--|--|---|
| 1-4   |   |  |  |  |   |
| 5-11  |   |  | Saltejat de pèsol (sense pernil)<br>Seitan a l'allet<br>logurt                         | Arròs tres delícies (sense pernil)<br>Tofu guisat<br>Pera                              | Amanida tomàquet, pastanaga i blat de moro<br>Cigrons amb verdures<br>Plàtan                |
| 12-18 | Llacets amb formatge<br>Hamburguesa vegetal a la planxa amb enciam i pastanaga<br>Kiwi                        | Minestra de verdures<br>Tofu amb suquet i verdures<br>Poma | Purè de carbassa<br>Ou dur amb albergínia a la planxa<br>Pera                          | Amanida, pastanaga, olives, blat de moro i formatge<br>Mongetes amb espinacs<br>logurt | Fideuà de peix<br>Llibret de Seitan amb tomàquet al forn<br>Mandarina                       |
| 19-25 | Amanida de mongeta verda (sense tonyina)<br>Croquetes d'espínacs amb enciam, tomàquet i formatge<br>Mandarina | Lasanya de verdures<br>Seitan al forn amb carxofa<br>Pera  | Col i patata<br>Truita d'espínacs amb xampinyons<br>Plàtan                             | Arròs amb verdures<br>Tofu estofat<br>Kiwi   | Amanida tomàquet, pastanaga i blat de moro.<br>Cigrons amb verdures<br>logurt               |
| 26-30 | Arròs amb tomàquet<br>Seitan a la planxa amb albergínia a la planxa<br>Meló                                   | Llenties amb verdures<br>Tofu guisat<br>Taronja            | Tallarines amb formatge<br>Hamburguesa vegetal amb enciam, cogombre i olives<br>logurt | Bleda amb patata<br>Croquetes d'espínacs amb carbassa<br>Poma                          | Amanida d'arròs (sense pernil dolç ni tonyina)<br>Ou dur amb carbassó a la planxa<br>Plàtan |

**\* La pasta , les llegums i l'arròs són productes ecològics.**