



## Menú Vegetarià

Octubre 2017

Cada dia se servirà entrant d'amanida amb 2 crudités i pa elaborat amb farina semiintegral ecològica.  
 Les nostres verdures, llegums, cereals, ous, làctics, el pollastre i la carn vermella són de producció ecològica.  
 La nostra fruita és de producció integrada i/o ecològica. El peix fresc prové de la llotja de Vilanova.

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>2</b> -PATATA I MONGETA TENDRA AL VAPOR -SALSITXA DE TOFU -FRUITA	<b>3</b> -CIGRONS AMB PORROS ESTOFATS -ARRÒS INTEGRAL AMB SAMFAINA (albergínia, carbassó i tomàquet) -IOGURT DE LA SELVATANA	<b>4</b> -CREMA DE CARBASSÓ AMB PA TORRAT -LLENTIES ESTOFADES -FRUITA	<b>5</b> -PAELLA VEGETARIANA -NUGGET DE TOFU I SHITAKE -FRUITA	<b>6</b> -CUS-CUS DE VERDURES -FALAFELS CASOLANS AMB PA DE PITA I SALSA DE IOGURT -FRUITA
<b>9</b> -PATATA, CARBASSÓ I PASTANAGA AL VAPOR -HAMBURGUESA DE LLEGUMS I CEREALS -FRUITA	<b>10</b> -LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES -ARRÒS INTEGRAL AMB PORRO, CEBA, ALL I PASTANAGA -IOGURT DE LA SELVATANA	<b>11</b> -MILL AL FORN AMB PICADA DE FRUITS SECS -MANDONGUILLES DE TOFU I SEITAN -FRUITA	<b>12</b>	<b>13</b> -CREMA DE CARBASSA I LLENTIES VERMELLES -PIZZA CASOLANA DE VERDURES I FORMATGE -FRUITA
<b>16</b> -ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE VERDURES ESCALIVADES -TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA -FRUITA	<b>17</b> -CREMA DE PORROS AMB PA TORRAT -CIGRONS AMB ROMESCO I GRAPADET DE MILL -IOGURT DE LA SELVATANA	<b>18</b> -PATATA I BLEDA AL VAPOR -HAMBURGUESA DE CEREALS I LLEGUMS -FRUITA	<b>19</b> -SOPA VEGETAL AMB ARRÒS -CROQUETES D'ESPINACS -FRUITA	<b>20</b> -MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE XAMPINYONS -TEMPEH ARREBOSSAT AL FORN -FRUITA
<b>23</b> -PATATA, COLIFLOR I PASTANAGA AL FORN -TEMPEH ARREBOSSAT AL FORN -FRUITA	<b>24</b> -ARRÒS AMB PÈSOLS, PASTANAGA I PORROS -FRANKFURT DE TOFU AMB KÈTCHUP CASOLÀ -IOGURT DE LA SELVATANA	<b>25</b> -LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES -PASTÍS DE MILL AMB FORMATGE -FRUITA	<b>26</b> -ESPAGUETTIS INTEGRALS AMB SALSA AMATRICCIANA VEGETAL (ceba, tomàquet, all i tofu fumat) -MONGETA BLANCA ESTOFADA -FRUITA	<b>27</b> -ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE REMOLATXA I TOMÀQUET -CIGRONS AMB VERDURES -FRUITA
<b>30</b> -MACARRONS AMB PESTO DE TOMÀQUET SEC -SALSITXA DE TOFU -FRUITA	<b>31</b> -CIGRONS ESTOFATS -ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE PASTANAGA I TOMÀQUET -IOGURT DE LA SELVATANA			