

SENSE CARN



MARÇ 19

<b>DIVENDRES 1</b>
CREMA DE CARBASSA (CARBASSA, PASTANAGA, MONGETA TENDRA, PATATA I CEBA)
CANELONS D'ESPINACS
FRUITA

DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
LLENTIES ESTOFADES <b>ECO</b> (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	ARRÒS INTEGRAL <b>ECO</b> TRES DELÍCIES (ARRÒS, TRUITA, PÈSOLS)	AMANIDA AMB TOMÀQUET, OLIVES NEGRES I PIPES	BLEDES AMB PATATES	CREMA DE XAMPINYONS (PATATA, XAMPINYONS, PORROS I TOMÀQUET)
OUS AMB TOMÀQUET	FILET DE BACALLÀ A LA ROMANA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	FIDEUÀ DE MARISC (CLOÏSSES, CALAMAR, GAMBA, SÈPIA, MUSCLOS)	PEIX AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES NEGRES	HAMBURGUESA VEGETAL AMB MONGETES SEQUES
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL
<b>FESTA</b>	MONGETES BLANQUES ESTOFADES <b>ECO</b> (MONGETES BLANQUES, CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	AMANIDA AMB OLIVES NEGRES I BLAT DE MORO	ESPAGUETIS AMB ORENGA I FORMATGE	CREMA DE PÈSOLS (PÈSOLS, PATATES, CEBA I PORRO)
	TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I TOMÀQUET	ARRÒS INTEGRAL <b>ECO</b> AMB PEIX	<b>LLUÇ FRESC</b> AL FORN AMB VERDURES (TOMÀQUET, CEBA, PORRO, PASTANAGA, CARBASSÓ)	CUSCÚS DE VERDURES I FRUITA SECA
	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
MENESTRA DE VERDURES	CREMA DE CARBASSA I PORRO	AMANIDA, TOMÀQUET I PASTANAGA	PÈSOLS AMB PATATES	MACARRONS <b>ECO</b> INTEGRALS AMB TOMÀQUET I FORMATGE
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET	SALMÓ AL FORN AMB SALSA DE TOMÀQUET, ENCIAM I OLIVES	PAELLA DE PEIX	TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE I AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO	HAMBURGUESA VEGETAL AMB PATATES CHIPS
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
BROU DE VERDURES AMB ARRÒS	MACARRONS AMB OLI I ORENGA	ENCIAM AMB OLIVES I BLAT DE MORO	LLENTIES <b>ECO</b> ESTOFADES (PATATES, CEBA, PORRO, PASTANAGA I TOMÀQUET)	CREMA DE CARBASSÓ (CEBA, PORRO I PATATA)
HAMBURGUESA VEGETAL AMB PATATES	LLUÇ ARREBOSSAT AMB ENCIAM I PASTANAGA	ARRÒS <b>ECO</b> INTEGRAL AMB PEIX (PATATES, PASTANAGA, CEBA, PORRO I TOMÀQUET)	TRUITA DE TONYINA AMB ENCIAM I OLIVES	PEIX AL FORN AMB AMANIDA
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA