



## NOVEMBRE 2020 - OVOLACTOVEGETARIA

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
<p><b>ESPIRALS AL PESTO</b> (ALFÀBREGA, PINYONS, ALL, FORMATGE I OLI D'OLIVA)</p> <p><b>TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>MONGETA VERDA AMB PATATA</b></p> <p><b>LLENTIES SALTEJADES AMB CEBA, ALL I TOMÀQUET</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>AMANIDA GREGA</b> (ENCIAM, TOMÀQUET, BLAT DE MORO, OLIVES I FORMATGE)</p> <p><b>ARRÒS ECO INTEGRAL AMB CIGRONS I VERDURES</b> (PATATES, PASTANAGA, CEBA, PORRO I PÈSOLS)</p> <p><b>IOGURT</b></p>	<p><b>MONGETES BLANQUES ECO ESTOFADES</b> (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)</p> <p><b>TRUITA FRANCESA AMB FORMATGE AMB ENCIAM I TOMÀQUET</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>ARRÒS AMB CASTANYES I CARBASSA I PORRO</b></p> <p><b>HAMBURGUESA VEGUI AMB ENCIAM I PASTANAGA</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
<p><b>AMANIDA AMB TOMÀQUET, BLAT DE MORO I OLIVES</b></p> <p><b>PAELLA DE VERDURES AMB FAVES I PÈSOLS</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>ESTOFAT DE CIGRONS ECO AMB VERDURES</b> (MONGETA VERDA, PASTANAGA, PORRO I PATATA)</p> <p><b>OUS AMB TOMÀQUET</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>BARREJA D'ENCIAMS PASTANAGA I PIPES</b></p> <p><b>CUSCÚS AMB CIGRONS I VERDURES SALTADES</b></p> <p><b>IOGURT</b></p>	<p><b>ARRÒS ECO INTEGRAL AMB TOMÀQUET</b></p> <p><b>TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>SOPA DE VERDURES AMB GALETS/PASTA AMB TOMÀQUET</b></p> <p><b>HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB POMA, ENCIAM I BLAT DE MORO</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
<p><b>LLENTIES ECO ESTOFADES</b> (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)</p> <p><b>TRUITA DE PATATES I CARBASSÓ AMB ENCIAM I PASTANAGA</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>TALLARINES INTEGRALS ECO AMB ORENGA I OLI D'OLIVA</b></p> <p><b>HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I AVOCAT</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>BARREJA D'ENCIAMS AMB TOMÀQUET I FRUITA SECA</b></p> <p><b>ARRÒS CALDÓS AMB VERDURES I PÈSOLS</b></p> <p><b>IOGURT</b></p>	<p><b>BLEDES AMB PATATES</b></p> <p><b>TRUITA FRANCESA AMB BOLETS</b> (CEBA, PORRO, PASTANAGA I POMES)</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS</b></p> <p><b>CIGRONS SALTATS AMB ALL I TOMÀQUET</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
<p><b>TRINXAT DE COL</b></p> <p><b>TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>CREMA DE PASTANAGA</b></p> <p><b>MONGETES SEQUES AMB PATATA SALTEJADES AMB ALL I JULIVERT</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>ENCIAM AMB TOMÀQUET, PASTANAGA I BLAT DE MORO</b></p> <p><b>LLENTIES ECO ESTOFADES AMB ARRÒS ECO INTEGRAL</b></p> <p><b>IOGURT SOSTENIBLE</b></p>	<p><b>MACARRONS ECO INTEGRALS AMB TOMÀQUET I FORMATGE</b></p> <p><b>HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB PRUNES I PINYONS</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p><b>ARRÒS TRES DELICIES VEGÀ</b> (PÈSOLS, BLAT DE MORO I CEBA)</p> <p><b>OUS AMB TOMÀQUET</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>
DIVENDRES 30	<p><b>DEL REFRANYER...</b></p> <p><i>"A finals de novembre, replegaràs la teua oliva sempre"</i></p> <p><b>Amb la col·laboració del Bon dia: CoRA i HELeNA</b></p>			
<p><b>SOPA DE VERDURES AMB PASTA</b></p> <p><b>TRUITA AMB FORMATGE AMB ENCIAM I OLIVES</b></p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>Fruita d'hivern: poma, pera, kaki, mandarina, taronja</p> <p><b>PA INTEGRAL</b></p>			
<p>Berenars: entrepà, pa amb xocolata, iogurt natural amb tortites d'arròs o fruita. Aquests berenars es serveixen de manera rotatòria. Diàriament disposen d'un bol de fruita variada i pa.</p>				