



## JUNY 2021- OVOLACTOVEGETARIÀ

DILLUNS 31	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
CREMA DE VERDURES ESPIRALS AMB BOLONYESA VEGETAL FRUITA	AMANIDA DE LLENTIES (TOMÀQUET OLIVES I BLAT DE MORO) TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA	ENCIAM AMB PASTANAGA, COGOMBRE I BLAT DE MORO ARRÓS ECO INTEGRAL AMB HAMBURGUESA VEGETAL IOGURT COOPERATIVA	AMANIDA VERDA TABULÉ DE CUS CUS I CIGRONS (CEBA I TOMÀQUET) FRUITA	AMANIDA RUSA TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
ARRÓS INTEGRAL ECO AMB TOMÀQUET CROQUETES D'ESPINACS AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA	CIGRONS SALTATS (CEBA, PORRO I TOMÀQUET) TRUITA PAISANA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA	ENCIAM AMB OLIVES I BLAT DE MORO ARRÓS AMB LLENTIES I VERDURES VARIADES IOGURT COOPERATIVA	AMANIDA DE PASTA AMB XERRI OLI D'ALFÀBREGA TRUITA FRANCESA AMB VERDURES FRUITA	CREMA DE CARBASSÓ (CARBASSÓ, PASTANAGA, PATATA, CEBA I HAMBURGUESA VEGETAL AMB XAMPINYONS FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
PÈSOLS AMB PATATA I CEBA OUS AMB TOMÀQUET I ENCIAM AMB PASTANAGA I COGOMBRE FRUITA	BRÒQUIL AMB PATATA HAMBURGUESA DE LLEGUMS I MONGETA SECA FRUITA	ENCIAM AMB TOMÀQUET I FORMATGE CUS CUS AMB ESTOFAT DE CIGRONS IOGURT COOPERATIVA	VICHYSOISE (CREMA DE PORROS FREDA) MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL (TOMÀQUET I TOFU) FRUITA	AMANIDA D'ARRÓS INTEGRAL (XERRI, BLAT DE MORO, OLIVES) TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA FRUITA
DILLUNS 21	DIMARTS 22	<b>Les cireres, d'una a una pel maig, i pel juny, a grapat</b>		
ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET HAMBURGUESA DE LLEGUMS AMB XIPS I BASTONETS DE PASTANAGA I XERRY SINDRÍA	AMANIDA VERDA VARIADA PIZZA VEGETAL GELAT			

Fruita del mes: meló, sindria, prèsec, cireres, poma, pera i plàtan

PA INTEGRAL

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.

Menú revisat per Marina Perugini. Llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments Màster en dietètica i nutrició humana.  
LA VOSTRA CUINA S.L. Reg. San.: 26.12437/B. Av. Egara, 50 08192. SANT QUIRZE DEL VALLÉS www.vostracuina.com