



## DESEMBRE 2020 – OVOLACTOVEGETARIA

DIVENDRES 30 NOVEMBRE	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
SOPA D'AU AMB PASTA  TRUITA AMB FORMATGE AMB ENCIAM I OLIVES  FRUITA	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA  MACARRONS ECO INTEGRALS AMB BOLONYESA VEGETAL  FRUITA	PATATA AMB CEBA AL FORN  OUS AMB TOMÀQUET  IOGURT	ARRÒS ECO INTEGRAL AMB BOLETS SALTATS  HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I OLIVES  FRUITA	PÈSOLS AMB PATATES  TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA  FRUITA
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
<b>FESTA</b>	<b>FESTA</b>	LLENTIES ECO ESTOFADES (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES) TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES  IOGURT	MONGETA VERDA AMB PATATERS  CIGRONS SALTATS AMB CEBA I TOMÀQUET AMB ENCIAM I PASTANAGA  FRUITA	CREMA DE PORRO, NAP I MONIATO  HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I COGOMBRE  FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPINACS AMB PATATES  HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I PASTANAGA  FRUITA	CIGRONS ECO ESTOFATS (CEBA, PORRO, SOFREGIT DE TOMÀQUET) TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES  FRUITA	ENCIAM AMB TOMÀQUET  ARRÒS INTEGRAL AMB ESTOFAT DE TOFU  IOGURT	TALLARINES ECO AMB ORENGA, OLI D'OLIVA I FORMATGE  TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO  FRUITA	CREMA DE CARBASSA  CROQUETES D'ESPINACS AMB PATATES CHIPS  FRUITA
DILLUNS 21	 <p>"Desembre nevat, bon any de blat"</p>			
SOPA DE VERDURES AMB GALETS				
HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN AMB PRUNES I PINYONS				
NEULES I TORRONETS/ IOGURT	<p>Il·lustració: Nil Palop 5A</p>			

Fruita d'hivern: poma, pera, kaki, mandarina, taronja  
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](http://www.vostracuina.com)