



Menu octubre

CAROLINES VEGÀ (SENSE PROTEÏNA ANIMAL NI DERIVATS)



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
27	28	29	30	1
Ensalada de ceba i panses 5,8, Paté vegetal de fesolets amb tostes Macarrons amb tomata i olives 1,12,13, Fruita del temps L	Ensalada de llentilles, carlota i lombarda Crema de carabassa Verdures arrebossades Fruita del temps M	Ensalada de tomata i olives 12,13, Potatge de cigrons i espinacs Cuscus amb lombarda i panses 1,5,8, Fruita del temps X	Ensalada de carabassa i lombarda. Arros amb fesols i naps albergínia gratinada amb farcit vegetal Fruita del temps J	Ensalada de carlota i lombarda Sopa del putxero de verdures Saltat de seitán amb cigrons i verdures del putxero Fruita del temps V
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
Ensalada de lombarda i olives verdes 12,13, Sopa de verdures amb cigrons Tofu al forn amb verdures i salsa verda Fruita del temps L	"Mullaoret" de tomata, encurtits, paté d'oliva negra i orenga Olla de la Plana Pastís de creïlla amb bolets gratinats Fruita del temps M	Ensalada de remolatxa i ceba tendra Arròs amb tomata Saltat de pèsols al romesco i carabassa Fruita del temps X	Ensalada de tomata, cebra tendra i fruits secs Sopa de verdures amb fideus Cigrons al forn amb salsa d'all i pimentó dolç logurt Alpro Fruita del temps J	Ensalada de pipes i rave. 5,8,12,13, Bullit valencià Llonganisses veganes amb saltat de fesolets Fruita del temps V
18	19	20	21	22
Ensalada de carlota, ceba i fruits secs Llentilles estofades Xampinyos amb salsa verda amb guarnició de creïlles logurt Alpro Fruita del temps L	Ensalada de poma i panses 5,8, Olleta de bledes Cebes amb farcit vegetal gratinades a l'all i pimentó Fruita del temps M	Ensalada de carabassa i lombarda. Sopa de verdures amb fideus Cigrons gratinats al romesco logurt Alpro Fruita del temps X	Ensalada de tomata i ceba tendra Macarrons amb salsa de carabassa 1, Verdures arrebossades Creïlles al forn Fruita del temps J	Ensalada de nap amb vinagreta de carlota Espirals a la carbonara vegetal (beguda vegetal avena) Filet de seitán amb vinagreta de carlota logurt Alpro Fruita del temps V
25	26	27	28	29
Ensalada de carabassa i olives negres 12,13, Tosta de paté vegetal de remolatxa Arròs al forn amb verdures i cigrons Fruita del temps V				

