

Totes les FRUITES, les VERDURES, els LLEGUMS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica, la VEDELLA és un producte ecològic certificat per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Menú MONTSENY vegetarià abril 2024					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		2	3	4	5
dinar		<ul style="list-style-type: none"> • Arròs integral amb tomàquet • Croquetes de llegum amb olives i pastanaga • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Patata i col ▪ Lenties estofades ▪ Iogurt natural 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Macarrons amb verdures ▪ Tofu enfarinat amb enciam i blat de moro ▪ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Crema de pèsols ▪ Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet i formatge ratllat ▪ Fruita
	8	9	10	11	12
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Arròs integral amb verdures ❖ Hamburguesa de llegum amb enciam i olives ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crema de carbassa ❖ Lenties estofades ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Patata i bledes ❖ Tofu al forn amb enciam i pastanaga ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mongetes seques estofades ❖ Pizza de verdures amb enciam i blat de moro ❖ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Sopa de pasta ❖ Truita de verdures amb cous-cous ❖ Iogurt natural
	15	16	17	18	19
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Galets amb salsa d'espínacs ➤ Tofu al forn amb enciam i remolatxa ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de porro ➤ Truita de carbassó amb enciam i olives ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hummus de cigrons ➤ Arròs integral amb verdures ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata i coliflor ➤ Mongetes estofades ➤ Iogurt natural 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lenties guisades ➤ Macarrons amb verdures ➤ Fruita
	22	23	24	25	26
dinar	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crema de pastanaga ➤ Croquetes de llegum amb cous-cous ➤ Fruita 	<p>MENÚ SANT JORDI</p> <ul style="list-style-type: none"> Espirals amb verdures Mongetes seques Natilles de la Fageda 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arròs integral amb carbassa ➤ Truita de verdures amb enciam i blat de moro ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Patata i bròquil ➤ Cigrons estofats ➤ Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa de pasta ➤ Lenties estofades ➤ Iogurt natural
	29	30			
dinar	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de carbassa • Tofu al forn amb enciam i remolatxa • Fruita 	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet i formatge ratllat • Cigrons estofats • Fruita 			