

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8 - Macarrons integrals amb salsa napolitana sense formatge Tofu arrebossat amb amanida - Fruita de temporada	9 - Amanida de patata (sense ou, peix ni lactis) Llenties amb verdres - Fruita de temporada	10 - Arròs amb verdres Hamburguesa de cigrons amb verdres - Fruita de temporada	11 	12 - Patata i mongeta verda Seitan a la planxa a les fines herbes amb amanida - Fruita de temporada
15 - Amanida de cigrons (sense ou, peix ni lactis) Tofu arrebossat amb amanida - Fruita de temporada	16 - Amanida de pasta de colors (sense ou, peix ni lactis) Hamburguesa de cigrons amb amanida - Fruita de temporada	17 - Arròs amb tomàquet Llenties saltades amb verdres i amanida - Fruita de temporada	18 - Vichyssoise - Espirals integrals amb bolonyesa vegetal sense formatge logurt de soja	19 - Minestra de verdres amb patata Mandonguilles vegetals amb xampinyons - Fruita de temporada
22 - Macarrons integrals al pesto (sense formatge) - Hummus amb bastonets de pastanaga sense truita - Fruita de temporada	23 - Bròquil al forn (sense formatge) - Llenties amb arròs - Fruita de temporada	24 - Amanida russa (sense tonyina, ou dur, maionesa) Hamburguesa de cigrons amb llimona i amanida - Fruita de temporada	25 Amanida d'arròs (sense ou, peix ni lactis) Mongetes blanques saltades amb all i julivert logurt de soja	26 - Crema de pastanaga Tofu arrebossat amb amanida - Fruita de temporada
29 - Arròs a la cassola (sense carn) Hamburguesa de cigrons amb amanida - Fruita de temporada	30 Amanida verda - Cigrons estofats amb hortalisses - Fruita de temporada	3		

S'utilitzarà oli d'oliva verge per amanir i sal iodada per cuinar.

S'oferirà fruita de temporada: poma, plàtan, síndria, meló, nectarines, paraguaià, préssec...

Comencem un nou curs escolar i volem donar-vos la benvinguda a l'espai migdia, on ens alimentarem amb menús saludables mitjançant productes de temporada i de qualitat.

Junts descobrirem receptes noves i seguirem aprenent a compartir, respectar els torns i a cuidar l'espai.

Us desitgem un curs ple d'energia, il·lusió i bons moments!

