

Menú sin carne ni pescado



LUNES / DILLUNS / MONDAY	MARTES / DIMARTS / TUESDAY	MIÉRCOLES / DIMECRES / WEDNESDAY	JUEVES / DIJOUS / THURSDAY	VIERNES / DIVENDRES / FRIDAY
		1	2	3
			Amanida Mendoza Arròs blanc amb tomaca Varetes de verdura Fruta de temporada	Amanida Mediterrània Guisat de faves Albergina gratinada Iogurt artesà
			Ensalada Mendoza Arroz blanco con tomate Varitas de verdura Fruta de temporada	Ensalada Mediterránea Guisado de habas Berenjena Gratinada Yogur artesanal
6	7	8	9	10
Amanida mixta Llentilles amb bledes de proximitat Trita francesa Fruta de temporada	Amanida de bròcoli Macarrons amb verdures Carabasseta al forn Fruta de temporada	Amanida completa amb ou dur i fruits secs Paella de verdures Fruta de temporada	Amanida Campera Sopa hortolana Falafel Fruta de temporada	Amanida Mendoza Purè de carabassó Rollot de verdures Fruta de temporada
Ensalada mixta Lentejas con acelgas de proximidad Tortilla francesa Fruta de temporada	Ensalada de brócoli Macarrones con verdura Calabacín al horno Fruta de temporada	Ensalada completa con huevo duro y pasas Paella de verdura Fruta de temporada	Ensalada Campera Sopa hortelana Falafel Fruta de temporada	Ensalada Mendoza Crema de calabacín Rollito de verdura Fruta de temporada
13	14	15	16	17
Amanida Mediterrània Guisat de verdures i creïlles Varetes de verdures Fruta de temporada	Amanida Mendoza Paella de verdures Formatge i vareta de verdura Fruta de temporada	Amanida parisina Sopa hortolana Falafel Fruta de temporada	Amanida mixta Fesols amb bledes de proximitat Trita de formatge Fruta de temporada	Amanida de carabassa i formatge Crema de carabassa Albergina al forn Fruta de temporada
Ensalada Mediterránea Guisado de verduras y patatas Varitas de verdura Fruta de temporada	Ensalada Mendoza Paella de verdura Queso y varita de verdura Fruta de temporada	Ensalada parisina Sopa hortelana Falafel Fruta de temporada	Ensalada mixta Alubias con acelgas de proximidad Tortilla de queso Fruta de temporada	Ensalada de calabaza y queso Crema de calabaza Berenjena al horno Fruta de temporada
20	21	22	23	24
Amanida Mendoza Sopa hortolana Falafel Fruta de temporada	Amanida valenciana Potatge de cigrons i verdures Trita de formatge Fruta de temporada	Amanida completa amb ou dur i fruits secs Fideuà de verdures Fruta de temporada	Amanida Mendoza Guisat de verdures i creïlles Varetes de verdura Fruta de temporada	Amanida mixta Crema de verdures Lasanya vegetal Fruta de temporada
Ensalada Mendoza Sopa hortelana Falafel Fruta de temporada	Ensalada valenciana Potaje de garbanzos con verduras Tortilla de queso Fruta de temporada	Ensalada completa con huevo duro y pasas Fideua de verdura Fruta de temporada	Ensalada Mendoza Guisado de verduras y patatas Varitas de verdura Fruta de temporada	Ensalada mixta Crema de verduras Lasaña vegetal Fruta de temporada
27	28	29	30	31
Amanida Campera Llentilles amb bledes de proximitat Trita francesa Fruta de temporada	Amanida de col Sopa hortolana Hamburguesa vegetal amb formatge i ketchup Gelat	Amanida Mediterrània Crema de llegums Varetes de verdura Fruta de temporada	Amanida valenciana Guisat de verdures i creïlles Rollot de verdures Fruta de temporada	Amanida completa amb ou dur i fruits secs Paella de verdures Iogurt artesà
Ensalada Campera Lentejas con acelgas de proximidad Tortilla francesa Fruta de temporada	Ensalada de col Sopa hortelana Hamburguesa vegetal con queso y ketchup Helado	Ensalada Mediterránea Crema de legumbres Varitas de verdura Fruta de temporada	Ensalada valenciana Guisado de verduras y patatas Rollito de verdura Fruta de temporada	Ensalada completa con huevo duro y pasas Paella de verdura Yogur artesanal

MAIG MAYO

*PROPOSTA DE SOPARS / *PROPUESTA CENAS

El trabajo más productivo,
es aquel que sale de una
persona feliz...

El treball més
productiu, és aquell
que ix d'una persona feliç...

LUNES / DILLUNS / MONDAY	MARTES / DIMARTS / TUESDAY	MIÉRCOLES / DIMECRES / WEDNESDAY	JUEVES / DIJOURS / THURSDAY	VIERNES / DIVENDRES / FRIDAY
		1	2 SOPAR · CENA · DINNER Quinoa amb carlota, bròcoli i gambetes. logurt. Quinoa con zanahoria, bròcoli y gambas. Yogur.	3 SOPAR · CENA · DINNER Macarrons amb cebeta i bròcoli. Hamburguesa de vedella. Fruita. Macarrones con cebolla y bròcoli. Hamburguesa de ternera. Fruita.
4 SOPAR · CENA · DINNER Lluç al forn amb creïlla i pebre. Fruita. Merluza al horno con patata y pimiento. Fruita.	7 SOPAR · CENA · DINNER Fesols amb espàrrecs i xampinyons. logurt. Alubias con espárragos y champiñones. Yogur.	8 SOPAR · CENA · DINNER Espinacs amb pernil salad. Daus de tofu amb moniato al forn. Fruita. Espinacas con jamón serrano. Dados de tofu con boniato al horno. Fruita.	9 SOPAR · CENA · DINNER Faves guisades amb ceba, creïlla i ou. Fruita. Guiso de habas con cebolla, patata y huevo. Fruita.	10 SOPAR · CENA · DINNER Arròs amb pebre i daus de pollastre. Fruita. Arroz con pimiento y dados de pollo. Fruita.
13 SOPAR · CENA · DINNER Lentilles amb cebeta i tomaca. Pintxo de truita. Fruita. Lentejas con cebolla y tomate. Pincho de tortilla. Fruita.	14 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb fruits secs. Truita. Fruita. Ensalada con frutos secos. Tortilla. Fruita.	15 SOPAR · CENA · DINNER Bollit valencià i salmó. logurt. Hervido valenciano y salmón. Yogur.	16 SOPAR · CENA · DINNER Llenguado i hortalisses al forn. Fruita. Lenguado y hortalizas al horno. Fruita.	17 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb tomaca, alvocat i olives. Hamburguesa de pollastre. Fruita. Ensalada con tomate, aguacate y acelunas. Hamburguesa de pollo. Fruita.
20 SOPAR · CENA · DINNER Pèsols amb pernil dolç i ou poché. Fruita. Guisantes con jamón cocido y huevo poché. Fruita.	21 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb remolatxa. Llobarro al microones. Fruita. Ensalada con remolacha. Lubina al microondas. Fruita.	22 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb fruits secs. Sardines torrades. Fruita. Ensalada con frutos secos. Sardinas asadas. Fruita.	23 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb daus de pollo. Pa-pizza casolà. Fruita. Ensalada con dados de pollo. Pan-pizza casero. Fruita.	24 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb cigrons, ceba, pebre i tomaca. Sèpia a la planxa. Fruita. Ensalada con garbanzos cebolla, pimiento y tomate. Sepia a la plancha. Fruita.
27 SOPAR · CENA · DINNER Crema de verdures. Llom de porc. logurt. Crema de verduras. Lomo de cerdo. Yogur.	28 SOPAR · CENA · DINNER Arròs amb carabassó i ou dur. Fruita. Arroz con calabacín y huevo duro. Fruita.	29 SOPAR · CENA · DINNER Amanida amb formatge. Llesca de pa amb truita. Fruita. Ensalada con queso. Rebanada de pan con tortilla. Fruita.	30 SOPAR · CENA · DINNER Hummus amb crudités. Lluç amb salsa marinera. Hummus con crudités. Merluza con salsa marinera.	31 SOPAR · CENA · DINNER Minipizza amb base d'albergínia. Peix al forn. Fruita. Minipizza con base de berenjena. Pescado al horno. Fruita.