



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	Arròs amb carbassa i moniato ¹ Mandonguilles vegetals amb sofregit i verdures Amanida d'enciams amb col Llombarda i olives verdes Fruita de temporada	Trinxat de col amb patata ² Croquetes de cigrò casolanes Amanida d'enciams amb nap Fruita de temporada	Mongetes seques amb oli d'oliva ³ Hamburguesa vegetal a la planxa amb verdures Fruita de temporada	Espirals amb salsa d'ametlles ⁴ Salsitxes vegetals a la planxa Amanida d'enciams amb pastanaga i olives verdes logurt de soja
Arròs a les tres verdures d'hivern ⁷ Salsitxes vegetals a la planxa Amanida d'enciams amb pastanaga, panses i col Fruita de temporada	Crema de moniato, pastanaga i ceba amb rostes de pa al forn Espaguetis a la bolonyesa vegetal Fruita de temporada ⁸	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat ⁹ Croquetes de mill Enciams variats amanits Fruita de temporada	Coliflor amb patata ¹⁰ Mandonguilles vegetals amb sofregit i verdures Fruita de temporada	Llenties amb carbassa ¹¹ Formatge vegà Amanida d'enciams, pastanaga i poma logurt de soja
14 <i>festiu</i>	15 <i>festiu</i>	16 <i>festiu</i>	17 <i>festiu</i>	18 <i>festiu</i>
21 <i>festiu</i>	Llenties amb oli d'oliva ²² Croquetes de mill Patates xips Fruita de temporada	<i>sant jordi</i> ²³ Amanida d'enciams, tomàquet i olives Lasanya amb bolonyesa vegetal Pastís de Sant Jordi 	Arròs amb salsa de tomàquet ²⁴ Hamburguesa vegetal amb salsa de xampinyons Fruita de temporada	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn ²⁵ Formatge vegà Amanida d'enciams amb pipes torrades Fruita de temporada
Patata, pastanaga i bledes ²⁸ Hamburguesa vegetal amb salsa de tomàquet Amanida d'enciams amb cogombre, pastanaga ratllada i olives verdes Fruita de temporada	Amanida d'arròs amb pastanaga, tomàquet i olives ²⁹ Mongetes seques amb oli d'oliva Fruita de temporada	Cigrons amb oli d'oliva ³⁰ Croquetes de mill Enciams variats amanits Fruita de temporada		

Amb valor afegit...



Verdures fresques, de temporada i ecològiques



Patata i moniato ecològic



Arròs integral ecològic.



Pasta ecològica (50% integral)



Llegum ecològica (cigrons, llenties i mongetes)



Fruita fresca de temporada (50% ecològica)



Pa (50% integral)



L'oli d'oliva extra verge per amanir i cuinar



Sal iodada

Si vols més informació sobre els menús i una guia sobre possibles propostes de sopar consulta

www.mengemdaquiosona.cat