



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Espirals amb salsa d'ametlles Hamburguesa vegetal a la planxa Amanida d'enciams amb cogombre Fruita de temporada	3 Mongeta tendra amb patata Croquetes de cigró Amanida d'enciams amb pastanaga i olives verdes Fruita de temporada	4 Llenties amb arròs i oli d'oliva Formatge vegà Amanida d'enciams amb pipes torrades Fruita de temporada	5 Amanida de patata i tomàquet Falafel Enciams variats amanits Fruita de temporada	6 <i> festa major </i> Croquetes de mill Entrepà d'hamburguesa vegetal Patates rosses Gelats de gel
9 Arròs amb verdures i salsa de tomàquet Falafel Amanida d'enciams amb pipes torrades Fruita de temporada	10 Llenties amb verdures d'estiu Croquetes de mill Tomàquet amanit Fruita de temporada	11 Trinxat de temporada Hamburguesa vegetal a la planxa Pastanaga ratllada i fulles d'enciams Fruita de temporada	12 Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Cigrons bullits amb oli d'oliva Fruita de temporada	13 Amanida d'enciams, tomàquet i olives Fideus a la cassola amb cigrons i verdures Iogurt de soja
16 Arròs amb salsa de tomàquet Llenties amb verdures d'estiu Amanida d'enciams amb cogombre Fruita de temporada	17 Patata, mongeta tendra i pastanaga Falafel Tomàquet amanit Fruita de temporada	18 Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Lasanya a la bolonyesa vegetal Fruita de temporada	19 Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat Hamburguesa vegetal a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de temporada	20 <i> últim dia de curs </i> Amanida d'enciam, tomàquet i olives Croquetes de mill Pizza de tomàquet, carbassó, xampinyons i formatge vegà Gelats de gel
23	24	25	26	27
<i> bones vacances d'estiu </i>				
30				

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