

MENÚ SENSE CARN NOVEMBRE 2020 – AMPA ESCOLA PERE TORRENT

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Mongeta verda amb patata i pastanaga bullida Bunyols de bacallà amb tomàquet amanit (1,4) Fruita de temporada	3 Llenties amb arròs i verdures Salsitxes veganes amb ceba i pebrot (12) logurt natural begut (7)	4 Amanida d'enciam, olives i pastanaga ratllada (12) Espaguetis integrals a la bolonyesa de soja texturitzada (1,6) Fruita de temporada	5 Sopa de pasta (1) Filet de lluç amb verdures al forn (4) Fruita de temporada	6 MENÚ UCRAÏNA "Borsch" (Crema de verdures i remolatxa) "Varenkyky" (Tortel-linis) (1) Síndria
9 Puré de pastanaga i carbassó Truita de patata amb enciam i olives (3) Fruita de temporada	10 Amanida d'enciam amb tomàquet i espàrrecs (8,12) Arròs a la cassola de verdures logurt natural (7)	11 Saltejat de pèsols amb daus de tofu (6) Filet de peix arrebossat amb cirerols amanits (1,4,12) Fruita de temporada	12 Minestra de verdura Filets de seità a la planxa amb patates al forn (1) Macedònia de fruita	13 Amanida d'escarola amb cirerols, blat de moro i olives Macarrons integrals amb crema de llet i formatge (1,7) Fruita de temporada
16 Sopa de fideus integrals i cigrons (1) Barretes de lluç amb enciam i pebrot amanit (1,3,4) Fruita de temporada	17 Trinxat de col i patata Hamburguesa vegetal amb tomàquet amanit (12) Fruita de temporada	18 Festiu	19 Amanida d'enciam, alvocat, cirerols i pastanaga (12) Fricandó de tofu (1,6) Fruita de temporada	20 Llenties amb verdures Filet de peix a la planxa amb xampinyons (4) logurt natural (7)
23 Saltejat de quinoa i verdures Truita de formatge amb cogombre amanit (3,7) Fruita de temporada	24 Amanida d'enciam, cirerols i ceba (12) Filet de seità al forn amb verdures Fruita de temporada	25 Lasanya d'espínacs (1,7) Filet de lluç al forn amb ceba i pebrot (4) Fruita de temporada	26 Amanida de tomàquet, ceba i tonyina (4,12) Estofat de seità amb patata (1) logurt natural begut (7)	27 Crema de Verdures (7) Salsitxes veganes amb mongetes blanques saltejades Fruita de temporada
30 Arròs integral amb salsa de tomàquet (12) Truita de carbassó i ceba (3) Macedònia de fruita				

