

# ESCOLA BALANDRAU - ABRIL 2017 - OVOLACTEOVEGETARIA BALANDRAU

1a SETMANA

**dilluns** 3

Arròs eco amb verdures  
(carbassó, bolets i pastanaga)

Llenties guisades amb verdures

Enciam, blat de moro i soja

Fruita

**dimarts** 4

Macarrons eco amb tomata

Truita d'espínacs

Enciam, roure, tomata, espínacs i olives negres

Fruita

**dimecres** 5

Amanida variada amb formatge

Mongeta seca eco guisada a/  
verdura

Enciam, pastanaga i blat de moro

logurt natural

**dijous** 6

Patata, mongeta i pèsol bullits

Canelons d'espínacs

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Pa integral i fruita

**divendres** 7

Crema carbassó i porro eco

Tofu eco a la romana

Enciam, pastanaga i olives verdes

Fruita ecològica

2a SETMANA

**dilluns** 10

Festa

**dimarts** 11

Festa

**dimecres** 12

Festa

**dijous** 13

Festa

**divendres** 14

Festa

3a SETMANA

**dilluns** 17

Festa

**dimarts** 18

Arròs bullit eco amb salsa tomata n

Hamburguesa vedella planxa

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

logurt natural

**dimecres** 19

Crema carbassa eco

Cigrons amb patata

Enciam, tomata, olives verdes

Pa integral i fruita

**dijous** 20

Pastís de verdures  
(patata, mongeta, carbassó i pèsol)

Llenties eco guisades amb  
(patata, carbassó i pèsol)

Enciam, roure, tomata, espínacs i olives negres

Flam cooperativa

**divendres** 21

Tallarines eco italiana  
(amb salsa tomata natural)

Truita de carbassó

Enciam, blat de moro i soja

Fruita ecològica

4a SETMANA

**dilluns** 24

Patata, mongeta, pastanaga bullits

Fesolets amb ceba

Enciam, roure, tomata, espínacs i olives negres

Fruita

**dimarts** 25

Fideuà  
(amb fumet de peix i sipia)

Truita francesa

Enciam, pastanaga i blat de moro

logurt natural ecològic

**dimecres** 26

Purè de llegums

Arròs eco quatre gustos  
(pastanaga, pèsol, blat de moro, truita)

Enciam, tomata, olives verdes

Pa integral i fruita

**dijous** 27

Crema de verdura

Cigrons eco amb patata

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Fruita

**divendres** 28

Sopa vegetal de fideus  
(brou verdures natural i fideus)

Tofu eco a la romana

Enciam, pastanaga i olives verdes

Fruita ecològica

5a SETMANA

**dilluns**

**dimarts**

**dimecres**

**dijous**

**divendres**



ALIMENTANT IL·LUSIONS



Molt a prop teu!  
a Girona

T. 972 22 83 83  
C/ Illa Fuerteventura, 3  
17007 GIRONA  
info@cateringvilanova.com  
www.cateringvilanova.com