

# ESCOLA BALANDRAU - SETEMBRE 2017 - OVOLACTEOVEGETARIA BALANDRAU

1a SETMANA

**dilluns** 11

**dimarts** 12

Macarrons eco amb tomata

Verdura variada + ou dur

Enciam, blat de moro i soja

Fruita

**dimecres** 13

Patata pèsol pastanaga al vapor

Llenties guisades amb verdures

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Pa integral i fruita

**dijous** 14

Arròs bullit eco amb salsa tomata n

Hamburguesa vegetal

Enciam, pastanaga i blat de moro

logurt natural

**divendres** 15

Cigrons bullits eco amb patata

Truita francesa

Enciam, pastanaga i olives verdes

Pa integral i fruita eco

2a SETMANA

**dilluns** 18

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

Tofu eco a la romana

Enciam, tomata, olives verdes

Fruita

**dimarts** 19

Patata mongeta verda i pastanaga

Mongeta seca guisada a/ verdura

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Crema xoco cooperativa

**dimecres** 20

Tallarines eco italiana (amb salsa tomata natural)

Truita de carbassó

Enciam, pastanaga i blat de moro

Pa integral i fruita eco

**dijous** 21

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

Llenties eco guisades amb (patata, carbassó i pèsol)

Enciam, blat de moro i soja

Fruita

**divendres** 22

Crema de verdura natural eco (patata mongeta porro i carbassó)

Ou dur amb samfaina

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Pa integral i fruita eco

3a SETMANA

**dilluns** 25

Crema de llegums (mongeta seca, patata, pastanaga i ceba)

Espaguetis eco italiana (salsa tomata natural)

Enciam, pastanaga i blat de moro

Fruita

**dimarts** 26

Fesolets amb patata

Truita francesa

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

Fruita

**dimecres** 27

Crema de carbassó i porro natural

Ous al forn

Enciam, roure, tomata, espinacs i olives negres

Pa integral i fruita

**dijous** 28

Sopa de pasta (brou carn natural i pistons)

Llenties guisades amb verdures

Enciam, tomata i pastanaga ecològics

logurt natural ecològic

**divendres** 29

Arròs bullit eco amb salsa tomata n

Hamburguesa vegetal

Enciam, pastanaga i olives verdes

Pa integral i fruita eco

4a SETMANA

**dilluns**

**dimarts**

**dimecres**

**dijous**

**divendres**

5a SETMANA

**dilluns**

**dimarts**

**dimecres**

**dijous**

**divendres**



35 anys

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