

ESCOLA BALANDRAU - DESEMBRE 2016 - OVOLACTEOVEGETARIA BALANDRAU

1a SETMANA

dilluns

dimarts

dimecres

dijous 1
Fesolets guisats amb verdures (patata, pastanaga i pèsol)
Truita d'espínacs
Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Fruita

divendres 2
Patata mongeta i bròquil al vapor
Hamburguesa vegetal
Enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita ecològica

2a SETMANA

dilluns 5
Festa

dimarts 6
Festa

dimecres 7
Crema carbassó i porro eco
Truita de patata i ceba
Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Pa integral i iogurt natural

dijous 8
Festa

divendres 9
Arròs bullit eco amb salsa tomata n
Tofu eco a la romana
Enciam, pastanaga i blat de moro
Fruita ecològica

3a SETMANA

dilluns 12
Crema de verdura
Llenties guisades amb verdures (patata, pastanaga i pèsol)
Enciam, tomata, olives verdes
Fruita

dimarts 13
Sopa vegetal de fideus (brou verdures natural i fideus)
Mongeta seca amb patata
Enciam, blat de moro i soja
Fruita ecològica

dimecres 14
Macarrons amb tomata
Truita de carbassó eco
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita

dijous 15
Arròs eco quatre gustos (pastanaga, pèsol, blat de moro, truita)
Hamburguesa vegetal
Enciam, tomata i pastanaga ecològics
Crema xoco cooperativa

divendres 16
Purè de cigrons
Verdura variada + ou dur
Enciam, pastanaga i olives verdes
Fruita ecològica

4a SETMANA

dilluns 19
Arròs bullit eco amb salsa tomata n
Truita francesa
Enciam, blat de moro i soja
Fruita

dimarts 20
Pastís de verdures (patata, mongeta, carbassó i pèsol)
Cigrons eco amb patata
Enciam, roure, tomata, espínacs i olives negres
iogurt natural ecològic

dimecres 21
Patata pèsol pastanaga al vapor
Ou dur amb samfaina
Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita eco

dijous 22
Sopa vegetal de fideus (brou verdures natural i fideus)
Tofu eco a la romana
Enciam, tomata, olives verdes
Torró

divendres 23

5a SETMANA

dilluns 26

dimarts 27

dimecres 28

dijous 29

divendres 30



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