



Escoles Bressol La Traca i El Molí Menú Vegà

Maig'24

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29 Arròs amb ceba i pastanaga	30 Llenties estofades	1	2 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva	3 Espirals amb tomàquet
Truita amb amanida d'enciam i olives	Cuscús saltejat amb api, ceba i pastanaga	FESTIU	Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Saltejat de llenties amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada	Fruita de temporada		Fruita de temporada	Postre vegetal
6 Cuscús amb verdures	7 Crema de coliflor	8 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva	9 Arròs 3 delícies vegetal	10 Mongetes estofades
Hamburgueses de cigró amb salsa de verdures i amanida d'enciam i pastanaga	Macarrons amb bolonyesa vegetal	Mongetes saltejades amb verdures	Truita de ceba i carbassó de llenties vermelles s/ou i amanida d'enciam i nap	Croquetes de mill amb amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Postre vegetal
13 Sopa fideus amb fideus	14 Llenties estofades	15 Espirals amb salsa de carbassa	16 Crema de pastanaga	17
Daus de tofu rostits amb salsa de ceba i poma	Arròs saltejat amb porro i pastanaga i amanida d'enciam i olives	Truita de ceba i patata amb llenties vermelles s/ ou i amanida d'enciam i olives	Cigrons saltejats amb ceba i patata	FESTIU LLIURE DISPOSICIÓ
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	
20	21 Arròs amb tomàquet	22 Crema de pèsols	23 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva	24 Macarrons a la carbonara amb xampinyons s/bacó
FESTIU DILLUNS DE PASCUA	Falafels amb salsa casolana i amanida d'enciam i nap ratllat	Cuscús saltejat amb verdures i amanida d'enciam i olives	Mongetes saltejades amb amanida d'enciam i remolatxa	Llenties sofregides amb tomàquet i amanida d'enciam i olives
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Postre vegetal
27 Hummus amb bastonets de pastanaga	28 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva	29 Llenties estofades	30 Crema de carbassó	31 Arròs amb ceba i pastanaga
Espirals marcianos s/formatge	Cigrons saltejats amb tomàquet	Croquetes de mill amb amanida d'enciam i olives	Mongetes estofades amb ceba i poma	Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Postre vegetal

Menús elaborats pel dietista **Gabor Smit**

PEIX FRESC (lluç, bonítol, bacallà, maires...) **LA VERDURA, LA FRUITA, ELS LLEGUMS, ELS CEREALS, EL POLLASTRE, EL IOGURT I L'OLI D'OLIVA** que serveixen son de temporada i de proximitat;