

## NOVEMBRE 2022 (menú vegà)

1a setmana	<b>Dilluns</b>	<b>Dimarts</b> <b>1</b>	<b>Dimecres</b> <b>2</b>	<b>Dijous</b> <b>3</b>	<b>Divendres</b> <b>4</b>
		<b>FESTIU</b>	Llenties i arròs amb porro, ceba i pastanaga. Enciam i formatge fresc. Cítric.	Mongeta tendra i patata. Hamburguesa vegana. Enciam i blat de moro. Fruita del temps.	Cigrons amb seitan i espinacs. Enciam i olives. Fruita del temps.
2a setmana	<b>Dilluns</b> <b>7</b>	<b>Dimarts</b> <b>8</b>	<b>Dimecres</b> <b>9</b>	<b>Dijous</b> <b>10</b>	<b>Divendres</b> <b>11</b>
	Llenties amb arròs i verduretes. Enciam i formatge fresc. Cítric.	Macarrons a la bolonyesa vegetal. Enciam, olives i blat de moro. Fruita del temps. <b>(Macarrons sense gluten)</b>	Cigrons amb verduretes i soja texturitzada. Enciam i tomàquet. logurt natural.	Sopa d'arròs. Seitan a la planxa. Enciam i blat de moro. Fruita del temps.	Purè de verdures. Hamburguesa vegana. Enciam i olives. Fruita del temps.
3a setmana	<b>Dilluns</b> <b>14</b>	<b>Dimarts</b> <b>15</b>	<b>Dimecres</b> <b>16</b>	<b>Dijous</b> <b>17</b>	<b>Divendres</b> <b>18</b>
	Patates, mongeta tendra, carbassó, pastanaga i cigrons. Enciam i olives. Fruita del temps.	Llenties estofades amb verduretes. Enciam i formatge fresc. Cítric.	Pasta amb sofregit i soja texturitzada. Enciam i olives. logurt natural. <b>(Pasta sense gluten)</b>	Crema de porro. Trita vegana. Enciam i tomàquet. Fruita del temps.	<b>FESTA LOCAL</b>
4a setmana	<b>Dilluns</b> <b>21</b>	<b>Dimarts</b> <b>22</b>	<b>Dimecres</b> <b>23</b>	<b>Dijous</b> <b>24</b>	<b>Divendres</b> <b>25</b>
	Brou de verdures amb arròs i llenties. Enciam i formatge fresc. Cítric.	Mongeta tendra i patata. Hamburguesa vegana. Enciam i olives. Fruita del temps.	Pasta amb saltejat de xampinyons i daus de seitan. Enciam i tomàquet. logurt natural.	Purè de verdures. Croquetes veganes. Enciam i blat de moro. Fruita del temps.	Saltejat d'arròs, cigrons, verduretes. Enciam i olives. Fruita del temps.
5a setmana	<b>Dilluns</b> <b>28</b>	<b>Dimarts</b> <b>29</b>	<b>Dimecres</b> <b>30</b>	<b>Dijous</b>	<b>Divendres</b>
	Mandonguilles amb verduretes. Enciam, blat de moro i pastanaga. Fruita del temps.	Purè de cigrons i seitan arrebossat. Enciam i olives. Fruita del temps.	Pasta amb bolonyesa vegetal. Enciam i blat de moro. logurt natural. <b>(Pasta sense gluten)</b>		
Berenar	1- 2 : Fruita 2-3 : logurt natural	1- 2 : logurt natural. 2- 3 : Entrepà de pernil dolç	1- 2 : Fruita 2- 3 : Fruita	1- 2 : Fruita 2- 3 : Entrepà de formatge.	logurt natural. Bastonets - galetes