

## MARÇ 2023 (menú vegà)

1a setmana	<b>Dilluns</b>	<b>Dimarts</b>	<b>Dimecres 1</b> Brou vegetal i pasta. Hamburguesa vegana. logurt vegetal.	<b>Dijous 2</b> Puré de verdures. Truita vegana. Enciam i blat de moro. Fruita del temps.	<b>Divendres 3</b> Llenties estofades. Enciam i olives. Cítric.
	<b>Dilluns 6</b> Sopa d'arròs. Seitan a la planxa. Enciam i olives. Fruita del temps.	<b>Dimarts 7</b> Llenties estofades amb verdures. Enciam i tomàquet. Cítric.	<b>Dimecres 8</b> Macarrons a la bolonyesa vegetal. Enciam i blat de moro. logurt vegetal. <b>(Macarrons sense gluten)</b>	<b>Dijous 9</b> Mongeta tendra i patata. Hamburguesa vegana. Enciam i olives. Fruita del temps.	<b>Divendres 10</b> Sopa de galets i pilotetes. Enciam i tomàquet. Fruita del temps.
3a setmana	<b>Dilluns 13</b> Llenties i arròs amb porro, ceba i pastanaga. Enciam i blat de moro. Cítric.	<b>Dimarts 14</b> Patates, mongeta tendra, carbassó i pastanaga. Hamburguesa vegana. Enciam i blat de moro. Fruita del temps.	<b>Dimecres 15</b> Pasta amb sofregit i soja texturitzada. Enciam i olives. logurt vegetal. <b>(Pasta sense gluten)</b>	<b>Dijous 16</b> Puré de verdures. Truita vegana. Enciam i tomàquet. Fruita del temps.	<b>Divendres 17</b> Cigrons amb seitan i espinacs. Enciam i olives. Fruita del temps.
	<b>Dilluns 20</b> Sopa d'arròs. Seitan a la planxa. Enciam i olives. Fruita del temps.	<b>Dimarts 21</b> Llenties estofades. Enciam i tomàquet. Cítric.	<b>Dimecres 22</b> Mandonguilles amb verdures. Enciam, blat de moro i pastanaga. logurt vegetal.	<b>Dijous 23</b> Puré de verdures. Croquetes veganes. Enciam i blat de moro. Fruita del temps.	<b>Divendres 24</b> Sopa de galets i pilotetes. Enciam i olives. Fruita del temps.
5a setmana	<b>Dilluns 27</b> Brou de verdures amb arròs i llenties. Enciam i olives. Fruita del temps.	<b>Dimarts 28</b> Mongeta tendra i patata. Hamburguesa vegana. Enciam i olives. Fruita del temps.	<b>Dimecres 29</b> Pasta amb soja. Enciam i tomàquet. logurt vegetal. <b>(Pasta sense gluten)</b>	<b>Dijous 30</b> Cigrons amb verdures. Enciam i blat de moro. Fruita del temps.	<b>Divendres 31</b> Puré de verdures. Seitan arrebossat. Enciam i olives. Fruita del temps.
	<b>Berenar</b> 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