

MES: Març 2023

ACIS ARTUR MARTORELL

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

1

Crema de carbassó
Hamburguesa vegana amb
amanida
Fruita i pa

2

Amanida mixta
Llenties amb verdures
Fruita i **pa integral**

3

Arròs napolitana
Croquetes d'espínacs amb
amanida d'enciam i pastanaga
Fruita i pa

6

Espaguetis amb salsa de
pastanaga
Pastís de verdures amb amanida
d'enciam i olives
logurt i pa

7

Vichyssoise
Mandonguilles veganes a la
jardinera amb amanida mixta
Fruita i **pa integral**

8

Mongetes blanques estofades
amb verdures
Trita francesa amb amanida
d'enciam, api i pastanaga
Fruita i pa

9

Arròs amb salsa de tomàquet
casolana
Pastís de verdures amb amanida
d'enciam i blat de moro
Fruita i **pa integral**

10

Sopa de verdures
Pastís de patata i bolonyesa de
llegum
Fruita i pa

13

Guisat de llenties amb poma
Trita de patates amb amanida
d'enciam, tomàquet i blat de
moro
logurt i pa

14

Arròs tres delícies (sense pernil
dolç)
Croquetes d'espínacs amb
amanida mixta
Fruita i **pa integral**

15

Minestra de verdures saltades
Hamburguesa de llenties amb
amanida d'enciam, pastanagues
i pipes
Fruita i pa

16

Crema de carbassó
Pizza casolana amb amanida
d'enciam i olives
Fruita i **pa integral**

17

Macarrons amb verdures
Trita de patates i carbassó amb
amanida mixta
Fruita i pa

20

Crema de verdures amb
formatge
Mandonguilles veganes a la
jardinera
logurt i pa

21

Arròs al forn amb cigrons i
pèsols
Trita de formatge amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
Fruita i **pa integral**

22

Mongeta tendra amb patates
Llenties amb arròs
Fruita i pa

23

Sopa de verdures
Wok de verdures
Fruita i **pa integral**

24

Crema de llegums
Pastís de verdures amb
amanida d'enciam, tomàquet i
blat de moro
Fruita i pa

27

Llenties estofades amb verdures
Trita de carbassó amb amanida
d'enciam, tomàquet i pastanaga
logurt i pa

28

Arròs integral amb salsa
napolitana (tomàquet, pebrot,
pastanaga, ceba)
Croquetes d'espínacs amb
amanida d'enciam, tomàquet i
blat de moro
Fruita i **pa integral**

29

Crema de pèsols amb iogurt de
soja
Pizza casolana de formatges
amb amanida mixta
Fruita i pa

30

Amanida mixta
Pastís de patata i bolonyesa de
llegum amb amanida d'enciam,
api i pastanaga
Fruita i **pa integral**

31

Macarrons gratinats
Cigrons amb espínacs
Fruita i pa