

# VEGETARIÀ



ABRIL 2024

DILLUNS, 01

## FESTA

DIMARTS, 02

CREMA DE PASTANAGA  
ESPAGUETIS INTEGRALS AMB  
**BOLONYESA DE VERDURES**  
PERA  
Pa integral

DIMECRES, 03

CIGRONS AMB PATATA  
OUS AMB BEIXAMEL I FORMATGE  
POMA DE GIRONA  
Pa integral

DIJOUS, 04

PATATA I MONGETA AMB OLI  
D'OLIVA  
**HAMBURGUESA VEGETAL** AMB  
VERDURETES (PASTANAGA I CEBA)  
PLÀTAN  
Pa integral

DIVENDRES, 05

ENTREMÉS (ENCIAM, OLIVES, FORMATGE  
FRESC, PASTANAGA I BLAT DE MORO)  
ARRÓS **DE VERDURES** LA CASSOLA  
IOGURT  
Pa integral

DILLUNS, 08

PURÉ DE PATATA  
**HAMBURGUESA VEGETAL** AMB FORN  
AMB ENCIAM I PASTANAGA  
TARONJA  
Pa integral

DIMARTS, 09

ENTREMÉS (ENCIAM, OLIVES, FORMATGE  
FRESC, PASTANAGA I BLAT DE MORO)  
LLENTIES ESTOFATS AMB VERDURES  
IOGURT  
Pa integral

DIMECRES, 10

CREMA DE VERDURES  
FIDEUÀ **DE VERDURES**  
PLÀTAN  
Pa integral

DIJOUS, 11

ARRÓS INTEGRAL AMB SALSA DE  
TOMÀQUET I ORENGA  
TRUITA DE FORMATGE AMB  
ENCIAM I OLIVES  
MADUIXES  
Pa integral

DIVENDRES, 12

ENSALADILLA  
**TRUITA FRANCESA** AMB CEBA I  
ALBERGINIA  
POMA DE GIRONA  
Pa integral

DILLUNS, 15

COLIFLOR GRATINADA  
TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM I  
BLAT DE MORO  
POMA DE GIRONA  
Pa integral

DIMARTS, 16

FESOLS I PATATA AMB OLI D'OLIVA  
**HAMBURGUESA VEGETAL** AMB  
ENCIAM I OLIVES  
IOGURT  
Pa integral

DIMECRES, 17

ENTREMÉS (ENCIAM, OLIVES,  
FORMATGE FRESC, PASTANAGA I BLAT  
DE MORO)  
ARRÓS DE **TOMÀQUET I OU DUR**  
MADUIXES  
Pa integral

DIJOUS, 18

CREMA DE CARBASSÓ  
**FALAFELS** AMB ENCIAM, COGOMBRE I  
OLIVES  
PLÀTAN  
Pa integral

DIVENDRES, 19

MACARRONS A LA CARBONARA  
**TRUITA FRANCESA** AMB ENCIAM  
PASTANAGA  
TARONJA  
Pa integral

DILLUNS, 22

TRINXAT DE LA Cerdanya  
OUS GRATINATS AMB BEIXAMEL  
TARONJA  
Pa integral

DIMARTS, 23

ARRÓS INTEGRAL AMB SALSA DE  
TOMÀQUET I ORENGA  
**TRUITA FRANCESA** AMB ENCIAM I  
OLIVES  
PLÀTAN  
Pa integral

DIMECRES, 24

DIPS DE PASTANAGA, COGOMBRE I  
BASTONETS AMB HUMMUS  
FIDEUÀ DE **VERDURES**  
PERA  
Pa integral

DIJOUS, 25

CREMA DE VERDURES  
**HAMBURGUESA VEGETAL** AMB  
PATATA  
POMA DE GIRONA  
Pa integral

DIVENDRES, 26

ENTREMÉS (ENCIAM, OLIVES, FORMATGE  
FRESC, PASTANAGA I BLAT DE MORO)  
LLENTIES ESTOFATS AMB VERDURES  
IOGURT  
Pa integral

DILLUNS, 29

CREMA DE CARBASSA  
**FALAFELS** AMB PATATA, CEBA I  
PASTANAGA  
MADUIXES  
Pa integral

DIMARTS, 30

EMPEDRAT DE MONGETA BLANCA  
(SENSE TONYINA)  
TRUITA DE PATATA I CEBA AMB  
ENCIAM I COGOMBRE  
POMA DE GIRONA  
Pa integral

## MES DE ABRIL:

### A MERCAT TROBEM

**VERDURES** → Bròquil, carbassa, bleda, col, canonges, enciam romà, coliflor, carxofes, all tendre, ceba tendre, mongeta verda, espinacs, calçot, porro, pèsols, fava, espàrrecs blancs i tomàquet.

**FRUITES** → Mandarina, taronja, poma, pera, maduixa, maduixot, nespres i cireres.

\*La fruita pot variar segons la disponibilitat de mercat.

### LLEGENDA:

	PRODUCTE ECO LòGIC
	PRODUCTE DE PROXIMITAT
	PRODUCTE DE TEMPORADA
	PRODUCTE INTEGRAL

MENÚS REVISATS PER  
AGAR ASSESSORAMENT ALIMENTARI  
Tècnic superior en dietètica  
AEDN03137 | AEDN03280

