



Menú SENSE CARN, PEIX, OU, LACTIS - VEGÀ -, mes de març de 2026

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per trempar.

Les fruites de temporada del mes de gener són: mandarina, pera, poma, taronja i plàtan.

Les hortalisses del mes de gener són: bleda, bròquil, carabassa, carxofa, col, colfiori, enciam, escarola, espinacs, fava tendra, grells, moniato, pastanaga, pèsols, rave, tomàtiga.

2	3	4	5	6
Festiu	No lectiu	Ensalada (romana, espinac, pastanaga) Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga i Soja (6) (all, tomàtiga triturada, aromàtiques i soja texturitzada) Fruita de Temporada	Espaguetis integrals amb Salsa de Tomàtiga (1,3) Hamburguesa de Llegums (1) Ceba, Xampinyons i Carabassa Fruita de Temporada	Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga, tomàtiga, blat de les índies i olives Llenties estofades amb Arròs i Verdures (1) (ceba, tomàtiga, mongetes tendres, pastanaga) Fruita Cítrica
9	10	11	12	13
Arròs de Verdures Truita de Patata vegana amb farina de ciurons Ensalada d'iceberg, escarola, pastanaga i blat de les índies Fruita de Temporada	Cuinat de Mongetes Blanques amb Patata i Verdures Tofu enfarinat (1,6) Ensalada d'iceberg, romana, tomàtiga i olives Fruita Cítrica	Crema de Bròquil amb Crostons (1) Pastís de Soja texturitzada (6) Purè de Patata Fruita de Temporada	Sopa de Brou de Verdures Bullit de Ciurons i Patata Bròquil i Pastanaga bullits Fruita de Temporada	Ciurons estofats amb Patata i Verdures Hamburguesa de Llegums (1) Ensalada d'iceberg, roure, tomàtiga, pastanaga Fruita Cítrica
16	17	18	19	20
Ensalada d'iceberg, roble, pastanaga, tomàtiga, olives Macarrons integrals amb Salsa a la Bolonyesa Vegetal (6) (ceba, pastanaga, tomàtiga triturada, soja texturitzada) Fruita Cítrica	Crema de Carabassa Ciurons al curri (ceba, verdres, curri) Arròs saltat Fruita de Temporada	Cuinat de Llenties amb Verdres (1) Truita de Patata vegana amb farina de ciurons Ensalada d'iceberg, roure, pastanaga Fruita Cítrica	Crema de Verdres Hamburguesa de Llegums (1) Ceba, Pastanaga i Patata Fruita de Temporada	Arròs Brouós de Verdres Tofu enfarinat (1,6) Ensalada d'iceberg, roure, tomàtiga i blat de les índies Fruita de Temporada
23	24	25	26	27
Sopa de Brou de Verdres Bullit de Ciurons i Patata Ensalada d'iceberg, roure, tomàtiga i olives Fruita de Temporada	Crema de Coliflor i Carabassa Estofat de Tofu (6) Patata i Verdres (ceba, tomàtiga, pastanaga, pèsols) Fruita de Temporada	Arròs 3 delícies amb Verdres Hamburguesa de Llegums (1) Ensalada d'iceberg, romana, pastanaga Fruita de Temporada	Cuinat de Llenties amb Verdres (1) Tofu enfarinat (1,6) Patata rostida Fruita Cítrica	Crema de Verdres Pizza casolana Margarita (1,7) Tomàtiga trempada amb Olives Fruita de Temporada
30	31			
Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga Hamburguesa de Llegums (1) Bròquil i Pastanaga bullits Fruita de Temporada	Cuinat de Ciurons amb Verduras Truita de Patata vegana amb farina de ciurons Ensalada d'iceberg, escarola, pastanaga i blat de les índies Fruita Cítrica			

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soja 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api
10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs