COL·LEGI LLOR

JUNY

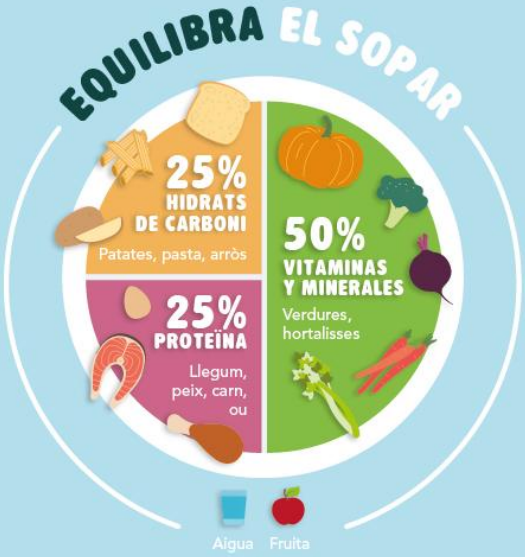
MENÚ VEGETARIÀ

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19

En aquest centre utilitzem per cuinar oli de girasol alt oleic i per amanir les nostres amanides oli d·oliva.
Tots els nostres plats porten sal iodada.
Utilitzem fruita de temporada.
Dos diez a la setmana utilitzarem pà integral."

- Tramussos
- Api
- Cacauets
- Crustacis
- Fruits secs
- Gluten
- Ou
- Llet
- Mol·Luscs
- Mostassa
- Peix
- Sèsam
- Soia
- Sulfits

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
22 Macarrons integrals a la norma amb daus d´alberginia Ous remenats Amanida Buffet d´amanides Fruita fresca de temporada	**23** Crema de carbassa Tofu a la planxa Patata al forn Buffet d´amanides Fruita fresca de temporada	**24** 	**25** Mongeta verda amb patates Llenties estofades amb pastanaga Boniato Buffet d´amanides Fruita fresca de temporada	**26** Arròs amb tomàquet Hamburguesa de soja amb formatge Amanida amb blat de moro Buffet d´amanides Iogurt natural
29 Crema de verdures Llenties saltades amb verdures Arròs Buffet d´amanides Fruita fresca de temporada	**30** Col·liflor gratinada amb bechamel Ous remenats amb carbassó Amanida amb blat de moro Buffet d´amanides Fruita fresca de temporada			



SI HAS MENJAT:	HAURIES DE SOPAR:
VERDURES CUINADES	HORTALISSES CRUES EN AMANIDA
HORTALISSES CRUES EN AMANIDA	VERDURES CUINADES
LLEGUM	CARN / PEIX / OUS
CARN	PEIX / OUS / LEGUMES
PEIX	CARN / OUS / LEGUMES
OUS	PEIX / CARN / LEGUMES
PATATES	PASTA / ARRÒS
PASTA / ARRÒS	PATATES

AQUEST ESTIU...

PROTEGEIX LA BIODIVERSITAT!

aprendiendo A COMER by sodexo