

SETMANA 1	Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
OVOLACTEO VEGETARIANO	FESTA	Crema de coliflor i carbassa	Bròquil i patata	Arròs 3 delícies	Mongetes seques estofades
		Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga	Heura a la planxa amb verdures	Cigrons amb pisto	Nuggets de bròquil* amb enciam i blat de moro
POSTRE		Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 2	Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21
OVOLACTEO VEGETARIANO	Tallarines amb verdures i salsa de soja	Llenties estofades	Arròs amb xampinyons i tomàquet triturat	Crema de porro i cigrons	Mongeta tendra amb patata
	Hamburguesa de cigrons amb carbassó al forn	Croquetes d'espínacs** amb enciam i llavors de gira-sol	Truita amb formatge i amanida d'enciam i pebrot vermell	Pebrot farcit amb ou dur i verdures	Macarrons a la bolonyesa vegetal (soja texturitzada)
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 3	Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27	Divendres 28
OVOLACTEO VEGETARIANO	Arròs integral amb verdures i tomàquet	Cigrons amb espínacs	Verdura de temporada amb patata	Pasta amb salsa a elecció	Crema de carbassa i mongetes seques
	Mandonguilles de cigrons amb verdures	Remenat d'ou amb patates	Lasanya de verdures	Truita d'espínacs amb saltat de pebrots	Pizza casolana amb verdures de temporada, tomàquet, formatge
POSTRE	Postre de Sant Jordi	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada

VOSTRA CUINA SL
Reg. San.: 26.12437-B
AV. ÈGARA, 50 (08192) SANT QUIRZE DEL VALLÈS
TEL. 93 721 20 00 www.vostracuina.com

MENÚ REVISAT PER: MARINA PERUGINI,
llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments,
màster en dietètica i nutrició humana.



La Vostra Cuina
C A T E R I N G