

SETMANA 4	Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 1-JULIOL
OVOLACTEO VEGETARIANO	Tallarines amb tomàquet i formatge	Patata i pèsols saltats amb all	Arròs amb verdures i tomàquet	Macarrons amb tomàquet	Amanida de patata, olives i tomàquet
	Truita a la francesa amb amanida	Croquetes d'espínacs	Mongetes seques amanides	Truita a la francesa amb enciam i tomàquet	Milanesa de formatge vegetal amb guarnició
POSTRE	Fruita de temporada	Gelat-Iogurt (a elecció)	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 5	Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
OVOLACTEO VEGETARIANO	Llenties estofades amb patata i pastanaga	Patata amb bròquil	Gaspaxo (sopa freda de tomàquet)	Arròs amb tomàquet	Pasta amb tomàquet
	Truita a la francesa amb enciam i olives	Seitan amb verdures	Pèsols a la catalana	tofu amb verdures	Cigróns amanits amb daus de tomàquet i pesto
POSTRE	Gelat-Iogurt (a elecció)	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 6	Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
OVOLACTEO VEGETARIANO	Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)	Farfalle amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva)	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Crema de carbassó	Espaguetis amb tomàquet i formatge
	Hamburguesa de kale i quinoa	Hummus de cigrons amb bastonets de coqombre i pastanaga	Mix d'arròs integral, quinoa i mongetes verdes	Truita de patata amb enciam i olives	Espinacs a la catalana
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada
SETMANA 7	Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
OVOLACTEO VEGETARIANO	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro)	Amanida de patata	Arròs amb verdures i tomàquet	Cigróns amb patata i oli d'oliva
	Truita a la francesa amb enciam i olives	Cigróns saltejats amb espínacs i all	Mandonguilles de cigrons amb verdures	Milanesa de formatge vegetal	Crema d'espínacs amb formatge
POSTRE	Gelat-Iogurt (a elecció)	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 8	Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
OVOLACTEO VEGETARIANO	Patata i bròquil	Llenties estofades amb patata i pastanaga	Mongeta tendra, patata i pastanaga		
	Truita a la francesa amb amanida	Nuggets de bròquil amb amanida	Milanesa de formatge vegetal amb guarnició		
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada		

VOSTRA CUINA SL
Reg. San.: 26.03850-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
CATERING