

NOVEMBRE

SETMANA 2		Dimarts 1 NOVEMBRE	Dimecres 2	Dijous 3	Divendres 4
OVOLÀCTIC VEGETARIÀ		FESTA	Espaguetis amb salsa de carbassa	Cigrons estofats amb espinacs	Bròquil i patata
	Truita a la francesa amb amanida d'enciam i blat de moro		Hamburguesa de verdures amb enciam i olives	Seitan amb saltat de verdures	
POSTRE			Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 3	Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
OVOLÀCTIC VEGETARIÀ	Crema de lleties vermelles	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Pèsols a la catalana	Arròs amb bolets i tomàquet	Mongetes seques amb verdures
	Nuguets de bròquil amb enciam i pastanaga	Cigrons saltejats amb espinacs i all	Ous durs amb patata al forn	Seitan amb verdures	Truita d'espínacs amb guarnició
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada
SETMANA 4	Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
OVOLÀCTIC VEGETARIÀ	Coliflor amb patata	Crema d'arrels (porro, ceba, pastanaga, nap i xirivia)	Pèsols amb patata saltats amb all	Crema de carbassa	Tallarines amb verdures i salsa de soja
	Hamburguesa de lleties amb amanida	Pasta integral a la bolonyesa vegetal	Cuscús amb verdures	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro	Heura a la planxa amb saltat de verdures
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt
SETMANA 5	Dilluns 21	Dimarts 22 JORNADA GASTRONÓMICA -ITALIA-	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
OVOLÀCTIC VEGETARIÀ	Crema de coliflor i carbassa	Pasta integral amb tomàquet i formatge	Cigrons amb patata i oli d'oliva	Bròquil i patata	Arròs INTEGRAL amb salsa de tomàquet
	Truita paisana amb carbassó a la romana	Tofu amb saltat de verdures	Truita a la francesa amb enciam i olives	Seitan amb verdures	Ous durs amb tomàquet al forn
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Natilla de vainilla	Fruita de temporada
SETMANA 6	Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30	<p style="font-size: small;">VOSTRA CUINA SL Reg. San.: 26.03850-B AV. ÈGARA, 50 (08192) SANT QUIRZE DEL VALLÈS TEL. 93 721 20 00 www.vostracuina.com</p> <p style="font-size: x-small;">MENÚ REVISAT PER: MARINA PERUGINI, llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments, màster en dietètica i</p> <div style="text-align: right;">  <p style="font-size: small;"><i>La Vostra Cuina</i> C A T E R I N G</p> </div>	
OVOLÀCTIC VEGETARIÀ	Lleties estofades amb ceba, porro, tomàquet	Bledes amb patata saltats amb all	Crema de pastanaga		
	Croquetes d'espínacs amb enciam i blat de moro	Mix de bulgur amb cigrons	Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga		
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada		