

NOVEMBRE

SETMANA 2		Dimarts 1 NOVEMBRE	Dimecres 2	Dijous 3	Divendres 4
VEGÀ		FESTA	Espaguetis amb salsa de carbassa	Cigrons estofats amb espinacs	Bròquil i patata
			Tofu amb saltat de verdures	Barretes de verdures amb guarnició	Seitan amb saltat de verduretes
POSTRE			Iogurt de soja	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 3	Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
VEGÀ	Crema de llenties vermelles	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Pèsols a la catalana	Arròs amb bolets i tomàquet	Mongetes seques amb verdures
	Espinacs amb patata	Cigrons saltejats amb espinacs i all	Carxofes amb patata	Seitan amb verdures	Crema de coliflor
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt de soja	Fruita de temporada
SETMANA 4	Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
VEGÀ	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 llenties amb amanida	Pasta integral a la bolonyesa vegetal	Cuscús amb verdures	Hamburguesa de kale i quinoa amb amanida	Heura a la planxa amb saltat de verdures
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt de soja
SETMANA 5	Dilluns 21	Dimarts 22 JORNADA GASTRONÓMICA -ITALIA-	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
VEGÀ	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
	Milanesa de formatge vegetal amb guarnició	Tofu amb saltat de verdures	Barretes de verdures amb amanida	Seitan amb verdures	Hamburguesa de cigrons amb guarnició
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Natilla de vainilla de soja	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 nutrició humana.</p>  <p style="font-size: large; font-weight: bold; margin: 0;">La Vostra Cuina</p> <p style="font-size: x-small; letter-spacing: 0.5em; margin: 0;">C A T E R I N G</p>	
VEGÀ	Llenties estofades amb ceba, porro, tomàquet	Bledes amb patata saltats amb all	Crema de pastanaga		
	Bròquil i patata	Mix de bulgur amb cigrons	Hamburguesa de llenties amb verduretes		
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada		