

OVOLACTOVEGETARIÀ

Desembre

LA CUNA

DE L'1 AL 2 DE
DESEMBRE

DEL 5 AL 9 DE
DESEMBRE

DEL 12 AL 16 DE
DESEMBRE

DEL 19 AL 23 DE
DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS MELÓS AMB
VERDURES I BOLETS

**FORMATGE
ARREBOSSAT**
amb enciam i tomàquet
Fruita del temps

MACARRONS AMB
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga
Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE FORMATGE
amb amanida
Fruita del temps

DIMARTS

FESTIU

POTATGE DE MONGETA
BLANCA I CARBASSA

BUNYOLS DE
VERDURES CASOLANS
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES

**HAMBURGUESA
VEGETAL**
amb amanida de enciams i
olives

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE VERDURES I
LLENTIES
amb crostons

TRUITA DE VERDURES
amb amanida

Fruita del temps

**ESTOFAT DE PÈSOLS I
VERDURES**

I AMANIDA **AMB
FORMATGE**

Fruita del temps

DINAR DE NADAL
SOPA AMB GALETS
BROU VEGETAL

**CIGRONS AMB
VERDURETES**
amb patates xips

POSTRES NADALENCES*

DIJOUS

LLENTIES AMB
PASTANAGA I XIRIVIA

**HAMBURGUESA
VEGETAL**
amb enciam i pastanaga

logurt

FESTIU

SOPA DE PASTA I
QUINOA **BROU
VEGETAL**

TRUITA DE CARBASSÓ
amb amanida

logurt

DIVENDRES

SOPA DE PASTA
BROU VEGETAL

TRUITA FRANCESA
AMB VERDURETES

Fruita del temps

FESTIU

VERDURA DE
TEMPORADA AMB
PATATA

SEITÀ AMB VERDURES
amb amanida
Fruita del temps

ARRIBA
L'hivern a
l'espai
del
migdia



Tastarem
cremes i
caldos
per
escalfar-
nos



Els aliments ecològics que utilitzem són: 100% de les llegums, l'arròs, la pasta, les hortalisses, la fruita i el iogurt

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Les carns i el pollastre que oferim són de garrons de proximitat.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat