



LA CUNA

OVOLACTOVEGETARIÀ

Juny



DILLUNS

DE L'1 AL 2 DE JUNY

DEL 5 AL 9 DE JUNY

DEL 12 AL 16 DE JUNY

DEL 19 AL 23 DE JUNY

DEL 26 AL 30 DE JUNY

ARRÒS AMB VERDURES
TRUITA DE VERDURES I PATATA
amb enciam i olives
Fruita del temps

ARRÒS AMB TOMÀQUET
TRUITA DE PATATA
amb albergínia arrebossada
Fruita del temps

MACARRONS AMB SALS
A DE PASTANAGA I TOMÀQUET
TRUITA DE CARBASSÓ
Amb amanida
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES
TRUITA DE **FORMATGE**
amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIMARTS

TALLARINES A LA BOLONYESA DE LLENTIES
I AMANIDA
Fruita del temps

ESPIRALS AMB VERDURES
(pastanaga, ceba, carbassó i tomàquet)
FORMATGE AMB AMANIDA
Fruita del temps

LLENTIES AMB GUISADES AMB VERDURETES
FORMATGE FRESC AMB AMANIDA
Fruita del temps

SOPA DE PASTA BROU DE VERDURES
TOFU AMB VERDURES
Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE PORROS
TRUITA DE FORMATGE
amb amandia
Fruita del temps

SOPA DE PASTA BROU DE VERDURES
CARBASSÓ FARCIT AMB BOLONYESA DE LLENTIES GRATINAT AMB FORMATGE
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSÓ
TRUITA FRANCESA
amb patata caliu
Fruita del temps

MONGETA BLANCA ESTOFADA AMB VERDURES I AMANIDA
Fruita del temps

DIJOUS

MONGETA BLANCA I VERDURES
AMB AMANIDA
iogurt

LLENTIES AMB GUISADES AMB VERDURETES
HAMBURGUESA VEGETAL amb amanida
iogurt

TASTET:
PIZZA DE VERDURES I **FORMATGE**
CREMA VERDURES
CIGRONS AMB TOMÀQUET
iogurt

SOPA DE PASTA BROU DE VERDURES
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES I patata
iogurt

FIDEUS A LA CASSOLA AMB **TOFU** I AMANIDA
iogurt

DIVENDRES

VERDURES DE TEMPORADA AMB PATATA
CROQUETES DE **FORMATGE** CASOLANES amb enciam i olives
Fruita del temps

SOPA DE PASTA BROU DE VERDURES
REMENAT DE'OU AMB VERDURES I PATATA
Fruita del temps

MONGETA BLANCA ESTOFADA AMB VERDURES (pastanaga, ceba, brócoli)
AMB AMANIDA
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES I **TOFU**
AMB AMANIDA
Fruita del temps

VERDURES DE TEMPORADA AMB PATATA
HAMBURGUESA DE CIGRONS CASOLANA amb tomàquet amanit
Fruita del temps



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 granges de proximitat.



Teno
Cuina i lleure de proximitat

@tenomenjadors @Teno_menjadors @tenomenjadors