

**3r**  
trimestre

menú 2016 2017 vegetarià



# escolagavina

Pares, mares, xiquets, xiquetes... mestres:

Una cambrera llavors abocà d'una gerra que duia,  
bella, d'or, l'aiguamans en una bacina de plata,  
per rentar-se; i parà davant d'ells una taula polida;  
i una greu rebostera portava el pa i va servir-lo,  
junt amb moltes viandes, contenta donant de la serva;  
i el trinxant presentà les plates de carn, que prenia  
del tallador, i els posà també unes àuries copes;  
i un herald anava i venia, abocant-los el beure.

L'Odissea, el viatge de Telèmac (fragment), Homer  
traducció poètica de Carles Riba, editorial Alpha



## ABRIL 2017



dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<b>3</b> macarrons amb verdures truita francesa KCL* 875   Prot. 30   HC 95   Lip. 62 pa, oli i sal	<b>4</b> paella de verdures amanida completa KCL* 855   Prot. 31   HC 93   Lip. 59 fruita	<b>5</b> ensalada de pasta tofu a la planxa amb verdures KCL* 958   Prot. 34   HC 96   Lip. 63 formatge	<b>6</b> crema de verdures amb crostons albergina farcida i gratinada KCL* 849   Prot. 30   HC 90   Lip. 60 galetes	<b>7</b> arròs rossejat amb verdures seitana a la planxa amb salsa KCL* 866   Prot. 31   HC 92   Lip. 61 crema de xocolata
<b>10</b> sopa de verdures amb fideus hamburguesa de safanòria KCL* 864   Prot. 32   HC 93   Lip. 58 formatge	<b>11</b> crema de carabasseta tires de tofu a la planxa amb hummus KCL* 857   Prot. 31   HC 92   Lip. 60 pa, oli i sal	<b>12</b> arròs de verdures amanida completa KCL* 969   Prot. 34   HC 99   Lip. 63 galetes i xocolata		
<b>17</b> 	<b>18</b> 	<b>19</b> 	<b>20</b> 	<b>21</b> 
<b>24</b> 	<b>25</b> arròs amb verdures albergina gratinada KCL* 855   Prot. 31   HC 93   Lip. 59 fruita	<b>26</b> fabada vegetal truita francesa KCL* 854   Prot. 32   HC 94   Lip. 59 pa, oli i sal	<b>27</b> puré de verdures mandonguilles de soja i verdures KCL* 854   Prot. 32   HC 94   Lip. 59 galetes	<b>28</b> sopa de lletres llonganisses de tofu amb creïlles i verdures KCL* 894   Prot. 32   HC 96   Lip. 62 formatge



berenar

Cada dia n'hi haurà fruita; dijous, lacti. El menú anirà acompanyat d'amanida.



# MAIG 2017

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
 <p><b>1</b> arròs a la cubana ou ferrat amb creïlles</p> <p>KCL* 841   Prot. 30   HC 92   Lip. 59</p> <p>fruita</p>	<p><b>2</b> arròs a la cubana ou ferrat amb creïlles</p> <p>KCL* 841   Prot. 30   HC 92   Lip. 59</p> <p>fruita</p>	<p><b>3</b> guisat de verdures pizza vegetal</p> <p>KCL* 867   Prot. 32   HC 91   Lip. 63</p> <p>pa amb formatge</p>	<p><b>4</b> espirals amb verdures seitan amb sanfaina</p> <p>KCL* 855   Prot. 31   HC 93   Lip. 59</p> <p>pa, oli i sal</p>	<p><b>5</b> paella amanida completa</p> <p>KCL* 866   Prot. 31   HC 92   Lip. 61</p> <p>galetes i xocolata</p>
<p><b>8</b> canelons d'espínacs amanida completa amb tofu</p> <p>KCL* 864   Prot. 32   HC 93   Lip. 68</p> <p>galetes</p>	<p><b>9</b> crema de carabasseta hamburguesa de safanòria</p> <p>KCL* 857   Prot. 31   HC 92   Lip. 60</p> <p>formatge</p>	<p><b>10</b> arròs amb verdures amanida completa</p> <p>KCL* 969   Prot. 34   HC 99   Lip. 63</p> <p>pa, oli i sal</p>	<p><b>11</b> cigrons amb bledes brotxetes de seitan amb verdures</p> <p>KCL* 854   Prot. 32   HC 94   Lip. 59</p> <p>fruita</p>	<p><b>12</b> guisat de verdures fruita francesa</p> <p>KCL* 867   Prot. 32   HC 91   Lip. 63</p> <p>formatge</p>
<p><b>15</b> macarrons amb verdures fruita d'albergina</p> <p>KCL* 875   Prot. 30   HC 95   Lip. 62</p> <p>crema de formatge</p>	<p><b>16</b> arròs vegetal amanida completa</p> <p>KCL* 866   Prot. 31   HC 92   Lip. 61</p> <p>galetes</p>	<p><b>17</b> amanida de llentilles mandonguilles de soja i verdures</p> <p>KCL* 867   Prot. 32   HC 91   Lip. 63</p> <p>fruita</p>	<p><b>18</b> puré de verdures pimentó farcit de seitan i verdures</p> <p>KCL* 854   Prot. 32   HC 94   Lip. 59</p> <p>pa, oli i sal</p>	<p><b>19</b> fideuà de verdures amanida completa</p> <p>KCL* 969   Prot. 34   HC 99   Lip. 63</p> <p>crema de xocolata</p>
<p><b>22</b> amanida estiuença tofu marinat</p> <p>KCL* 857   Prot. 31   HC 92   Lip. 60</p> <p>pa, oli i sal</p>	<p><b>23</b> cigrons vegetals fruita de formatge</p> <p>KCL* 854   Prot. 32   HC 94   Lip. 59</p> <p>galetes i xocolata</p>	<p><b>24</b> guisat de verdures seitan al curry</p> <p>KCL* 849   Prot. 30   HC 90   Lip. 60</p> <p>formatge</p>	<p><b>25</b> espirals amb verdures carabasseta i pimentó gratinat</p> <p>KCL* 855   Prot. 31   HC 93   Lip. 59</p> <p>fruita</p>	<p><b>26</b> paella de verdures amanida completa</p> <p>KCL* 866   Prot. 31   HC 92   Lip. 61</p> <p>pa amb formatge</p>
<p><b>29</b> amanida de creïlla pizza vegetal</p> <p>KCL* 867   Prot. 32   HC 91   Lip. 63</p> <p>fruita</p>	<p><b>30</b> macarrons amb verdures i tofu amanida completa</p> <p>KCL* 855   Prot. 31   HC 93   Lip. 59</p> <p>pa, oli i sal</p>	<p><b>31</b> amanida estiuença seitan amb pisto</p> <p>KCL* 857   Prot. 31   HC 92   Lip. 60</p> <p>formatge</p>		

berenar

Cada dia n'hi haurà fruita; dijous, lacti. El menú anirà acompanyat d'amanida.

# JUNY 2017

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
				
<p><b>5</b> arròs de verdures amanida completa</p> <p>KCL* 969   Prot. 34   HC 99   Lip. 63</p> <p>formatge</p>	<p><b>6</b> cous-cous tofu amb verduretes</p> <p>KCL* 958   Prot. 34   HC 96   Lip. 63</p> <p>fruita</p>	<p><b>7</b> amanida de pasta seitan amb verduretes al forn</p> <p>KCL* 866   Prot. 31   HC 92   Lip. 61</p> <p>pa, oli i sal</p>	<p><b>1</b> arròs a la cubana ou ferrat amb creïlles</p> <p>KCL* 841   Prot. 30   HC 92   Lip. 59</p> <p>pernil dolç</p>	<p><b>2</b> espirals amb pesto fruita de carabasseta</p> <p>KCL* 875   Prot. 30   HC 95   Lip. 62</p> <p>crema de xocolata</p>
<p><b>12</b> amanida de creïlla fruita de carabasseta</p> <p>KCL* 866   Prot. 32   HC 93   Lip. 56</p> <p>formatge</p>	<p><b>13</b> arròs rossejat amb tofu amanida completa</p> <p>KCL* 969   Prot. 34   HC 99   Lip. 63</p> <p>crema de xocolata</p>	<p><b>14</b> macarrons amb verdures tofu a la planxa amb espínacs</p> <p>KCL* 875   Prot. 30   HC 95   Lip. 62</p> <p>formatge</p>	<p><b>8</b> amanida de creïlla llonganisses de tofu i sanfaina</p> <p>KCL* 866   Prot. 31   HC 93   Lip. 56</p> <p>crema de xocolata</p>	<p><b>9</b> paella de verdures amanida completa</p> <p>KCL* 855   Prot. 31   HC 93   Lip. 59</p> <p>fruita</p>
<p><b>19</b> macarrons d'espínacs ous al plat</p> <p>KCL* 864   Prot. 34   HC 63   Lip. 98</p> <p>pa, oli i sal</p>	<p><b>20</b> paella de verdures amanida completa</p> <p>KCL* 855   Prot. 31   HC 93   Lip. 59</p> <p>crema de xocolata</p>			
<p><b>26</b></p>	<p><b>27</b></p>	<p><b>28</b></p>	<p><b>29</b></p>	<p><b>30</b></p>

berenar

Cada dia n'hi haurà fruita; dijous, lacti. El menú anirà acompanyat d'amanida.