



MENÚ VEGANO 2021-22. Sin HUEVO ni LECHE

SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1ª	Arroz con tomate Salchichas de garbanzo Yogurt de soja	Lentejas con verduras Tortita de arroz Fruta	Crema de calabaza Hamburguesa de alubias Yogurt de soja	Cocido vegetal, fideos y garbanzos Fruta	Albóndigas de lentejas Verduras salteadas con patatas fritas Fruta
2ª	Tallarines con verduras Hamburguesa de garbanzos¹ Yogurt de soja	Vichissoise² Nuggets de guisante Fruta	Arroz con verduras y garbanzos³ Yogurt de soja	Crema de verduras Filete de legumbre empanado⁴ Fruta	Lentejas con verduras Tortita de arroz Fruta
3ª y 5ª	Macarrones salteados con verduras Tortilla de harina de garbanzo y patata⁵ Yogurt de soja	Lentejas con arroz Nuggets de guisantes Fruta	Crema de zanahoria Verduras salteadas con garbanzos Yogurt de soja	Alubias pintas con verduras Patatas con tomate⁶ Fruta	Cocido vegetal con estrellitas Croquetas de garbanzos Fruta
4ª	Puré de calabacín Hamburguesa de alubias Yogurt de soja	Espaguetis con verduras salteadas Filete de legumbre empanado⁷ Fruta	Hamburguesa de alubias negras⁸ Puré de patata Yogurt de soja	Sopita de arroz Garbanzos con verduras⁹ Fruta	Crema de alubias blancas con hortalizas Croquetas de patata y verdura¹⁰ Fruta