				JUEVES 1	VIERNES 2
				FESTIVO	FESTIVO
	LUNES 5	**MARTES 6**	**MIÉRCOLES 7**	**JUEVES 8**	**VIERNES 9**
COMIDA	ENSALADA VARIADA ALBÓNDIGAS VEGANAS CON SALSA DE TOMATE (6) ARROZ HERVIDO FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE VERDURAS TOFU PLANCHA (6) PATATA FRITA GELATINA	**MENÚ MEXICANO** GUACAMOLE CON CRUDITES FAJITAS DE HEURA (6) FRUTA DEL TIEMPO	GUISO DE LENTEJAS (1) TORTILLA DE PATATAS VEGANA ENSALADA DE TOMATE FRUTA DEL TIEMPO	SOPA DE VERDURAS (1,3,6,10) FALAFEL (1) JUDÍA VERDE Y PATATA FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Patata con guisantes y zanahoria fruta del tiempo	Sopa + hamburguesa de vegana con judía verde fruta del tiempo	Tofu a la plancha con puré de patatas y brócoli fruta del tiempo	GUisantes con champiñones y arroz fruta del tiempo	gazpacho + "pa amb oli" de humus fruta del tiempo
	LUNES 12	**MARTES 13**	**MIÉRCOLES 14**	**JUEVES 15**	**VIERNES 16**
COMIDA	ENSALADA CHINA VEGANA ROLLITOS DE PRIMAVERA (1) ARROZ TRES DELICIAS (GUISANTES, ZANAHORIA Y MAÍZ) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE CANÓNIGOS, TOMATE, ACEITUNAS FIDEUÁ DE VERDURAS (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE CALABAZA TOFU AL HORNO (6) PATATA AL HORNO YOGUR DE SOJA (6)	TRAMPÓ CON GARBANZOS PASTA NAPOLITANA (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE TOMATE HAMBURGUESA VEGANA (6) PATATA A GAJOS CON PIEL FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Tofu a la plancha con coles de bruselas y patata fruta del tiempo	Heura con moniato y ensalada fruta del tiempo	Alubias con pisto y arroz blanco fruta del tiempo	guacamole + Cuscús con verduras fruta del tiempo	Humus de garbanzo + croquetas de espinacas fruta del tiempo
	LUNES 19	**MARTES 20**	**MIÉRCOLES 21**	**JUEVES 22**	**VIERNES 23**
COMIDA	CREMA DE VERDURAS CON ALUBIA ESPAGUETIS AL PESTO ROJO (1,3,6,10)VEGANO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS TOFU REBOZADO SIN GLUTEN AND CHIPS (6) YOGUR DE SOJA (6)	HUMUS CON CRUDITES TORTILLA DE PATATAS VEGANA GUISANTES SALTEADOS FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA TROPICAL HEURA AL CURRY (6) ARROZ FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA MIXTA PIZZA VEGANA (1) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ensalada + sopa con albóndigas veganas fruta del tiempo	Quinoa con guisantes y verdura fruta del tiempo	Fajitas de alubias con verduras + ensalada fruta del tiempo	Tofu a la plancha con patata y pisto fruta del tiempo	Seitán a la plancha con moniato y judía verde fruta del tiempo
	LUNES 26	**MARTES 27**	**MIÉRCOLES 28**	**JUEVES 29**	**VIERNES 30**
COMIDA	ARROZ CON CALDO DE VERDURAS FALAFEL (1) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PASTA (TOMATE, MAÍZ, ACEITUNAS) (1,3,6,10) TORTILLA VEGANA CON ZANAHORIA BABY SALTEADA FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE HOT DOG VEGANO (1,6) SIN LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE CALABACIN GUISO DE ALBÓNDIGAS VEGANAS CON ARROZ HERVIDO (6) YOGUR DE SOJA (6)	ENSALADA DE LENTEJAS (1) TOFU A LA PLANCHA CON PURÉ DE PATATA (6) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Garbanzoz con arroz y brócoli fruta del tiempo	Tofu al horno con menestra fruta del tiempo	Quinoa con setas y moniato fruta del tiempo	Ensalada de pasta con frutos secos fruta del tiempo	Heura a la plancha con arroz y verdura fruta del tiempo

VEGETARIANO VEGANO

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan CARNE O PESCADO O HUEVOS O LÁCTEOS. Entendemos por vegetariano vegano aquellas personas que no comen carne ni pescado ni huevos ni lácteos. Los cambios del menú basal están marcados en rojo.