

SENSE PORC

XXV OLIMPIADA

Febrer

DILLUNS

DE L'1 AL 4 DE FEBRER

DEL 7 A L'11 DE FEBRER

DEL 14 AL 18 DE FEBRER

DEL 21 AL 25 DE FEBRER

28 DE FEBRER

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ESPAGUETIS A LA MARCIANA (tomàquet, espinacs i formatge)
POLLASTRE AL FORN (poma i ceba)
amb enciam i blat de moro logurt

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES I MILL (ceba, tomàquet, pastanaga)
TRUITA AMB FORMATGE
amb enciam i pastanaga logurt

ARRÒS AMB TOMÀQUET
SALSITXES D'AU AL FORN
amb enciam i pastanaga logurt

FESTIU

TASTET*
LLACETS AMB TOMÀQUET I VERDURES
BUNYOLS DE BACALLÀ amb tomàquet i olives
Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (patata, all, ceba, tomàquet, pebrot vermell)
TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
MANDONGUILLES DE VEDELLA A LA JARDINERA
Fruita del temps

CREMA DE VERDURES (ceba, pastanaga, nap,, mongeta tendra, patata i crostons de pa)
LLENGUADINA AL FORN amb patates fregides
Fruita del temps

SOPA BROU D'AU AMB ARRÒS

POLLASTRE A LA LLIMONA amb enciam i remolatxa
Fruita del temps

ARRÒS AMB PASTANAGA, CEBÀ, XAMPINYONS I BLAT DE MORO
GALL D'INDI ARREBOSSAT CASOLÀ amb enciam i olives
Fruita del temps

MACARRONS A LA CARBONARA VEGETAL (amb xampinyons)
PEIX CARBONER AL FORN
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

BROQUIL AMB PATATA
GALL D'INDI AL FORN AMB CEBÀ I POMA
Fruita del temps

TRINXAT DE COL I PATATA
S/CANSALADA

PEIX PLANXA amb enciam i remolatxa
Fruita del temps

CREMA DE PÈSOLS
BACALLÀ A L'ALLET amb tomàquet i enciam
Fruita del temps

PATATES VIUDES (ceba,all, tomàquet, pebrot vermell i verd, pastanaga)
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIJOUS GRAS
MONGETA BLANCA SALTADA
S/CANSALADA (amb verdures)
TRUITA A LA FRANCESA amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA (ceba, carbassa i nap)

CIGRONS A LA CATALANA*
Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB PATATA
TRUITA DE FORMATGE amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

SALTAT DE BRÒQUIL I PASTANAGA
ARRÒS AMB PÈSOLS I GAMBETES
Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU AMB PISTONS
HAMBURGUESA VEGETAL amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI PORC



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat

SENSE CARN

XXV OLIMPIADA

Febrer

DILLUNS

DE L'1 AL 4 DE FEBRER

DEL 7 A L'11 DE FEBRER

DEL 14 AL 18 DE FEBRER

DEL 21 AL 25 DE FEBRER

28 DE FEBRER

ESPAGUETIS A LA MARCIANA (tomàquet, espinacs i formatge)
PEIX AL FORN (poma i ceba) amb enciam i blat de moro iogurt

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES I MILL (ceba, tomàquet, pastanaga)
TRUITA AMB FORMATGE amb enciam i pastanaga iogurt

ARRÒS AMB TOMÀQUET
CIGRONS SALTATS AMB VERDURES I CURRI amb enciam i pastanaga iogurt

FESTIU

DIMARTS

TASTET*
LLACETS AMB TOMÀQUET I VERDURES
BUNYOLS DE BACALLÀ amb tomàquet i olives
Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (patata, all, ceba, tomàquet, pebrot vermell)
TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
HAMBURGUESA VEGETAL amb enciam i tomàquet
Fruita del temps

CREMA DE VERDURES (ceba, pastanaga, nap,, mongeta tendra, patata i crostons de pa)
LLENGUADINA AL FORN amb patates fregides
Fruita del temps

DIMECRES

SOPA BROU **VEGETAL** AMB ARRÒS
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
Fruita del temps

ARRÒS AMB PASTANAGA, CEBA, XAMPINYONS I BLAT DE MORO
FORMATGE ARREBOSSAT CASOLÀ amb enciam i olives
Fruita del temps

MACARRONS A LA CARBONARA VEGETAL (amb xampinyons)
PEIX CARBONER AL FORN amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

BROQUIL AMB PATATA
SEITÀ AL FORN AMB CEBA I POMA
Fruita del temps

DIJOUS

TRINXAT DE COL I PATATA
S/CANSALADA
PEIX PLANXA amb enciam i remolatxa
Fruita del temps

CREMA DE PÈSOLS
BACALLÀ A L'ALLET amb tomàquet i enciam
Fruita del temps

PATATES VIUDES (ceba,all, tomàquet, pebrot vermell i verd, pastanaga)
TRUITA FRANCESA amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIJOURS GRAS
MONGETA BLANCA SALTADA
S/CANSALADA (AMB VERDURES)
TRUITA A LA FRANCESA amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSA (ceba, carbassa i nap)
CIGRONS A LA CATALANA*
Fruita del temps


MONGETA VERDA AMB PATATA
TRUITA DE FORMATGE amb enciam i pastanaga
Fruita del temps


SALTAT DE BRÒQUIL I PASTANAGA
ARRÒS AMB PÈSOLS I GAMBETES
Fruita del temps

SOPA DE BROU **VEGETAL** AMB PISTONS
HAMBURGUESA VEGETAL amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI CARN



 @tenomenjadors

 @Teno_menjadors

 @tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure de proximitat

OVOLACTOVEGETARIÀ

Febrer

XXV OLIMPIADA

DILLUNS

DE L'1 AL 4 DE FEBRER

DEL 7 A L'11 DE FEBRER

DEL 14 AL 18 DE FEBRER

DEL 21 AL 25 DE FEBRER

28 DE FEBRER

AMANIDA AMB FORMATGE I OLIVES

ESPAGUETIS A LA MARCIANA (tomàquet, espinacs i formatge) logurt

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES I MILL (ceba, tomàquet, pastanaga)
TRUITA AMB FORMATGE
amb enciam i pastanaga logurt

ARRÒS AMB TOMÀQUET
CIGRONS SALTATS AMB VERDURES I CURRI
amb enciam i pastanaga logurt

FESTIU

DIMARTS

TASTET*
LLACETS AMB TOMÀQUET I VERDURES
CARBASSÓ GRATINAT
amb tomàquet i olives
Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (patata, all, ceba, tomàquet, pebrot vermell)
TRUITA DE CARBASSÓ
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
HAMBURGUESA VEGETAL
amb enciam i tomàquet
Fruita del temps

CREMA DE VERDURES (ceba, pastanaga, nap,, mongeta tendra, patata i crostons de pa)
OUS AL FORN
amb patates fregides
Fruita del temps

DIMECRES

SOPA BROU **VEGETAL** AMB ARRÒS
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES
Fruita del temps

ARRÒS AMB PASTANAGA, CEBA, XAMPINYONS I BLAT DE MORO
FORMATGE ARREBOSSAT CASOLÀ
amb enciam i olives
Fruita del temps

VERDURES SALTADES
MACARRONS A LA CARBONARA VEGETAL (amb xampinyons)
Fruita del temps

BROQUIL AMB PATATA
SEITÀ AL FORN AMB CEBA I POMA
Fruita del temps

DIJOUS

TRINXAT DE COL I PATATA
S/CANSALADA TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA
Fruita del temps

CREMA DE PÈSOLS
TOFU SALTAT AMB VERDURES
amb tomàquet i enciam
Fruita del temps

PATATES VIUDES (ceba,all, tomàquet, pebrot vermell i verd, pastanaga)
TRUITA FRANCESA
amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIJOURS GRAS
MONGETA BLANCA SALTADA
S/CANSALADA (AMB VERDURES)
TRUITA A LA FRANCESA amb amanida
Fruita del temps

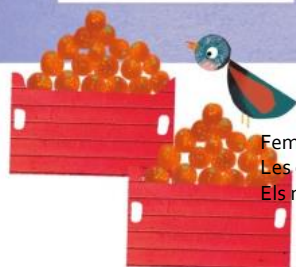
DIVENDRES

CREMA DE CARBASSA (ceba, carbassa i nap)
CIGRONS A LA CATALANA*
Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB PATATA
TRUITA DE FORMATGE
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

SALTAT DE BRÒQUIL I PASTANAGA
ARRÒS AMB PÈSOLS I TOFU
Fruita del temps

SOPA DE BROU **VEGETAL** AMB PISTONS
HAMBURGUESA VEGETAL
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps



Fem servir fruites i verdures de temporada i proximitat.
Les carns que oferim són de granges de proximitat.
Els nostres iogurts són elaborats per una cooperativa social.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat

SENSE OU

XXV OLIMPIADA

Febrer

DE L'1 AL 4 DE FEBRER

DEL 7 A L'11 DE FEBRER

DEL 14 AL 18 DE FEBRER

DEL 21 AL 25 DE FEBRER

28 DE FEBRER

DILLUNS

ESPAGUETIS **S/OU** A LA MARCIANA (tomàquet, espinacs i formatge*)
POLLASTRE AL FORN (poma i ceba)
amb enciam i blat de moro
logurt

VERDURA AMB PATATA
LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES I MILL (ceba, tomàquet, pastanaga)
logurt

ARRÒS AMB TOMÀQUET
SALSITXES AL FORN* amb enciam i pastanaga
logurt

FESTIU

DIMARTS

TASTET*
LLACETS **S/OU** AMB TOMÀQUET I VERDURES
PEIX PLANXA
amb tomàquet i olives
Fruita del temps

CREMA DE VERDURES
CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (patata, all, ceba, tomàquet, pebrot vermell)
Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
MANDONGUILLES* A LA JARDINERA
Fruita del temps

CREMA DE VERDURES (ceba, pastanaga, nap,, mongeta tendra, patata i crostons de pa*)
LLENGUADINA AL FORN amb patates fregides
Fruita del temps

DIMECRES

SOPA BROU D'AU AMB ARRÒS
POLLASTRE A LA LLIMONA amb enciam i remolatxa
Fruita del temps

ARRÒS AMB PASTANAGA, CEBA, XAMPINYONS I BLAT DE MORO
LLOM **ARREBOSSAT CASOLÀ S/OU**
amb enciam i olives
Fruita del temps

MACARRONS **S/OU** A LA CARBONARA VEGETAL* (amb xampinyons)
PEIX CARBONER AL FORN
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

BROQUIL AMB PATATA
GALL D'INDI AL FORN AMB CEBA I POMA
Fruita del temps

DIJOUS

TRINXAT DE COL I PATATA*
BOTIFARRA* amb enciam i remolatxa
Fruita del temps

CREMA DE PÈSOLS
BACALLÀ A L'ALLET amb tomàquet i enciam
Fruita del temps

PATATES VIUDES (ceba,all, tomàquet, pebrot vermell i verd, pastanaga)
POLLASTRE **ARREBOSSAT CASOLÀ S/OU**
amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIJOURS GRAS
MONGETA BLANCA SALTADA (amb ceba i cansalada*)
LLOM PLANXA
amb **AMANIDA**
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSA (ceba, carbassa i nap)
CIGRONS A LA CATALANA **S/OU**
Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB PATATA
GALL D'INDI PLANXA
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

SALTAT DE BRÒQUIL I PASTANAGA
ARRÒS AMB PÈSOLS I GAMBETES
Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU AMB PISTONS **S/OU**
HAMBURGUESA VEGETAL* amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI OU



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure de proximitat



SENSE LACTOSA

XXV OLIMPIADA

Febrer

DILLUNS

DE L'1 AL 4 DE FEBRER

DEL 7 A L'11 DE FEBRER

DEL 14 AL 18 DE FEBRER

DEL 21 AL 25 DE FEBRER

28 DE FEBRER

ESPAGUETIS A LA MARCIANA (tomàquet, espinacs i formatge S/LACTOSA)
POLLASTRE AL FORN (poma i ceba) amb enciam i blat de moro logurt S/LACTOSA

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES I MILL (ceba, tomàquet, pastanaga)
TRUITA AMB FORMATGE S/LACTOSA amb enciam i pastanaga logurt S/LACTOSA

ARRÒS AMB TOMÀQUET
SALSITXES AL FORN* amb enciam i pastanaga logurt S/LACTOSA

FESTIU

DIMARTS

TASTET* LLACETS AMB TOMÀQUET I VERDURES S/LACTOSA
PEIX PLANXA amb tomàquet i olives Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (patata, all, ceba, tomàquet, pebrot vermell)
TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA S/LÀCTICS
MANDONGUILLES *A LA JARDINERA
Fruita del temps

CREMA DE VERDURES S/LÀCTICS (ceba, pastanaga, nap,, mongeta tendra, patata i crostons de pa*)
LLENGUADINA AL FORN amb patates fregides Fruita del temps

DIMECRES

SOPA BROU D'AU AMB ARRÓS
POLLASTRE A LA LLIMONA amb enciam i remolatxa Fruita del temps

ARRÒS AMB PASTANAGA, CEBA, XAMPINYONS I BLAT DE MORO
LLOM ARREBOSSAT CASOLÀ amb enciam i olives Fruita del temps

MACARRONS A LA CARBONARA VEGETAL S/LACTOSA (amb xampinyons)
PEIX CARBONER AL FORN amb enciam i pastanaga Fruita del temps

BROQUIL AMB PATATA
GALL D'INDI AL FORN AMB CEBA I POMA
Fruita del temps

DIJOUS

TRINXAT DE COL I PATATA*
BOTIFARRA* amb enciam i remolatxa Fruita del temps

CREMA DE PÈSOLS S/LÀCTICS
BACALLÀ A L'ALLET amb tomàquet i enciam Fruita del temps

PATATES VIUDES (ceba, all, tomàquet, pebrot vermell i verd, pastanaga)
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb tomàquet amanit Fruita del temps

DIJOUS GRAS
MONGETA BLANCA SALTADA (amb ceba i cansalada*)
TRUITA A LA FRANCESA amb botifarra blanca* Fruita del temps

DIVENDRES

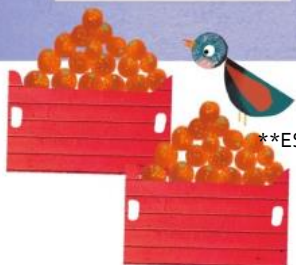
CREMA DE CARBASSA S/LÀCTICS (ceba, carbassa i nap)
CIGRONS A LA CATALANA
Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB PATATA
TRUITA DE PERNIL* amb enciam i pastanaga Fruita del temps


SALTAT DE BRÒQUIL I PASTANAGA
ARRÒS AMB PÈSOLS I GAMBETES
Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU AMB PISTONS
PEIX PLANXA amb enciam i pastanaga Fruita del temps

**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI LACTOSA



 @tenomenjadors

 @Teno_menjadors

 @tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure de proximitat