

MENÚ SEMANAL

COMIDA

CENA

Lunes

Lunes sin carne

Guiso de garbanzos al
curry con acelgas

Sopa oriental con fideos,
tofu ahumado, shitakes y nori

Martes

Nochebuena

Mutabal hecho con yogur de
soja y crackers de garbanzo

Surtido de entrantes para picar
al gusto de cada casa
Pollo relleno de Navidad con
patata Hasselback
(V: Heura con pistachos y ciruelas)

Miércoles

Navidad

Sopa de Galets vegana
Rape a la naranja con espina-
cas salteadas con pasas
y piñones
(V: Tofu a la naranja)

Hamburguesas de frijoles
con pico de gallo y una
mazorca de maíz asada

Jueves

Sant Esteve

Crema de puerro y pera
con nueces
Canelones de setas

Lomo a la plancha con cora-
zones de alcachofa al ajillo
(V: Tofu o tempeh)

Viernes

Estofado de lentejas, verduras
y mijo

Pimientos verdes rellenos de
tortilla con ensalada de
tomate
(V: Rellenos de soja texturizada)

Sábado

Ensalada de kale y arándanos
Dorada a la plancha con puré de
patata y calabaza
(V: Hamburguesas veganas)

Crema de guisantes
Pa amb oli de queso
mahonés e higos
(V: Tempeh)

Domingo

Sopa de verduras
Ensaladilla con atún
(V: Ensaladilla con legumbres y
veganesa)

Cena picoteo con los restos
de toda la semana +
una sopa