

## MENIU VEGETARIAN - TRIMESTRU 2 / 2018 - 2019

S 1	MIC DEJUN	PRANZ	GUSTARE
Luni	BISCUITI INTEGRALI CU STAFIDE SI ROSCOVE	SUPA DE ROSII CU QUINOA GHIVECI DE LEGUME, NAUT SI LINTE VERDE SALATA DE CASTRAVETI ACRI	HAMBURGER VEGETARIAN CU SOS AVOCADO
Marti	IAURT CU BANANE SI GRANOLA DE CIOCOLATA (granola de casa gatita la 40 grd C)	SUPA DE FASOLE VERDE PIZZA CU BROCCOLI, ARDEI, CIUPERCI, DOVLECEL, BRANZA (blat integral de casa)	BISCUITI INTEGRALI CU SUSAN
Miercuri	MIC DEJUN CU OVAZ, FRUCTE, OU (la cuptor)	SUPA DE DOVLECEL PASTE MIXT CU LEGUME VERZI SI BRANZA (paste integrale si din grau dur) SALATA DE CASTRAVETI VERZI	CRACKERS INTEGRALI CU ROSII SI BUSUIOC
Joi	QUINOA, OREZ BASMATI CU LAPTE SI FRUCTE	SUPA CREMA DE MORCOV TARTA INTEGRALA CU PESTE SI LEGUME SI MOZZARELLA SALATA DE VARZA CU MARAR	BRIOSIA INTEGRALA CU CACAO
Vineri	CORN INTEGRAL CU CAISE SI DOVLEAC	SUPA DE ARDEI COLORAT SARMALE CU QUINOA, OREZ, CIUPERCI SI SMANTANA MAMALIGA DE MEI GERMINAT SI PORUMB	BATON DE OVAZ CU FRUCTE SI COCOS

S 2	MIC DEJUN	PRANZ	GUSTARE
Luni	CRACKERS INTEGRAL CU IN SI SPIRULINA	CIORBA DE LEGUME (CU BORS) PASTE INTEGRALE CU BROCCOLI, CIUPERCI SI MOZZARELLA SALATA MORCOV - PATRUNJEL	HAMBURGER VEGETARIAN CU BROCCOLI
Marti	IAURT CU DOVLEAC COPT GRANOLA CU ROSCOVE SI MERE	SUPA DE ROSII CU FIDEA BUDINCA DE LEGUME CU TELEMEA, MOZZARELA	DESERT CU ROSCOVE
Miercuri	PLACINTA INTEGRALA CU MERE	SUPA DE BROCCOLI CORABIOARE INT CU LEGUME, TELEMEA, MOZZARELLA	BISCUITI CU SEM DOVLEAC SI FL.SOARELUI
Joi	MIC DEJUN CU CEREALE, LAPTE COCOS, FRUCTE	SUPA DE LEGUME CU LINTE ROSIE BRIOSIA DE LEGUME, SPANAC, OU, TELEMEA SALATA DE ROSII, CASTRAVETI, ARDEI	PRAJ INTEGRALA CU MORCOV-PORTOCALA
Vineri	BRIOSE INTEGRALE CU CURMALE	SUPA DE MAZARE SI ARDEI PACHETEL CU LEGUME, SMANTANA, TELEMEA SALATA MORCOV, TELINA, SFECLA	SPIRALA INTEGRALA CU MAC