

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats. 1
Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.
Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.
Menú supervisat per Laia Navarro (col·legiada CAT-000031),
diplomada en Nutrició i Dietètica Humana.

FESTIU

2 **Bròquil amb patata i oli d'oliva**

Croquetes de pollastre amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

3 Crema de verdures de temporada amb oli d'oliva

Salmó al forn amb salsa

Fruita del temps

6 Espaquetis amb crema d'espínacs

Lluç al forn amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

7 Crema de coliflor amb oli d'oliva

Arròs amb verdures i gall dindi

Fruita del temps

8 Arròs amb sofregit de tomàquet

Contraçuixa de pollastre a la planxa amb enciam i olives

Fruita del temps

9 **Patates estofades amb xoriço**

Truita a la francesa amb enciam i taronja

logurt ecològic

10 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Llom arrebossat amb enciam i formatge fresc

Fruita del temps

13 Arròs saltat amb pernil dolç i ceba

Nuggets de bròquil i formatge amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

14 **Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata, pastanaga**

Contraçuixa de gall dindi estofada

Fruita del temps

15 **Patates estofades amb verdures**

Truita de formatge amb enciam i tomàquets cirerols

Fruita del temps

16 Crema de carbassa amb crostons i oli d'oliva

Espirals a la bolonyesa vegetal

Fruita del temps

17 **Mongeta tendra saltada amb pernil serrà i oli d'oliva**

Maire enfarinada amb enciam i taronja

logurt ecològic

20 **FESTIU LLIURE DISPOSICIÓ**

21 **Arròs saltat amb verdures de temporada**

Truita a la francesa amb enciam i tomàquet provençal

logurt ecològic

22 Macarrons amb sofregit de tomàquet i formatge ratllat

Lluç amb salsa verda

Fruita del temps

23 Crema de pastanaga amb oli d'oliva

Arròs a la cassola amb carn i peix

Fruita del temps

24 **Patates estofades amb verdures**

Pernilet de pollastre a la llimona amb enciam i olives

Fruita del temps

27 Amanida d'arròs amb pernil dolç, olives i blat de moro

Rosada al forn amb enciam i tomàquet cirera

Fruita del temps

28 **Ensaladilla russa amb mongeta tendra, patata, pastanaga i maionesa**

Gall dindi arrebossat amb enciam i raves

Fruita del temps

29 **Macarrons amb sofregit de tomàquet**

Truita de patates i ceba amb enciam i taronja

logurt ecològic

30 Sopa d'au amb pasta

Pit de pollastre a la planxa **amb enciam i pastanaga**

Fruita del temps

31 Crema de carbassó amb oli d'oliva

Arròs amb daus de gall dindi i verdures

Fruita del temps

