

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

9

10

11

12

13

16

17

18

19

20

23

24

25

26

27

30

DIADA DE  
CATALUNYA

Crema tèbia de carbassó  
amb oli d'oliva

Macarrons a la bolonyesa vegetal  
amb seità i tempeh

Fruita del temps

Cigrons estofats amb porro,  
pastanaga i pebrot

Truita de pernil dolç  
amb enciam i pastanaga ratllada

logurt ecològic

Pèsols amb patata

Croquetes de pollastre  
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Espaguetis  
amb crema d'espinacs

Rap al forn  
amb enciam i tomàquet xerri

Fruita del temps

Bròquil amb patata i oli d'oliva

Truita a la francesa  
amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

Arròs tres delícies amb blat de  
moro, pastanaga i pernil dolç

Llom de porc al forn  
amb ceba i poma

logurt ecològic

Crema tèbia de verdures  
amb oli d'oliva

Mongetes seques estofades  
amb pastanaga, porro i pebrot

Fruita del temps

Lenties estofades amb porro,  
pastanaga i pebrot

Lluç al forn amb samfaina de  
tomàquet, ceba i pebrot

logurt ecològic

Mongeta tendra amb patata  
i oli d'oliva

Pernilet de pollastre al forn  
amb hummus casolà de cigrons

Fruita del temps

Arròs saltat amb verdures

Truita de patates i ceba  
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Espirals amb sofregit de  
tomàquet i formatge ratllat

Gall dindi arrebossat  
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Crema tèbia de carbassa  
amb crostonets de pa

Estofat de vedella amb salsa  
de xampinyons

Fruita del temps

Arròs amb sofregit de tomàquet

Rap enfarinat  
amb enciam i olives

Fruita del temps

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

TORNEM A L'ESCOLA

Bon inici de curs a tothom!

