

DILLUNS

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.

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 Mongeta tendra, patata i pastanaga amb oli d'oliva

Mandonguilles de vedella amb sofregit de tomàquet

Fruita del temps

2 Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Truita a la francesa amb tomàquet amanit

logurt ecològic

3 Sopa d'au amb pistons

Pollastre arrebossat amb enciam i olives

Fruita del temps

4 Crema de pastanaga amb oli d'oliva

Llenties estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Fruita del temps

7 Pèsols amb patata i oli d'oliva

Gall dindi al forn amb salsa de xampinyons

Fruita del temps

8 Espaguetis amb crema d'espínacs

Truita d'albergínia amb tomàquet amanit

Fruita del temps

9 Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot

Nuggets de bròquil i formatge amb enciam i poma

logurt ecològic

10 Crema de carbassó amb oli d'oliva

Arròs a la cassola amb carn i peix

Fruita del temps

11 FESTIU LLIURE
DISPOSICIÓ

14 Llenties estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Maire enfarinada amb enciam i tomàquet

logurt ecològic

15 Arròs saltat amb verdures de la temporada

Pollastre amb poma al forn

Fruita del temps

16 Crema de carbassa amb moniato i oli d'oliva

Mongetes seques estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Fruita del temps

17 Bròquil amb patata i oli d'oliva

Seità arrebossat amb enciam i pastanaga ratllada

logurt ecològic

18 Macarrons saltats amb verdures (pebrot, ceba i tomàquet)

Truita de pernil dolç amb enciam i pipes

Fruita del temps

21 Arròs amb sofregit de tomàquet

Lluç al forn amb pastanaga ratllada

Fruita del temps

22 Crema de carbassó amb oli d'oliva

Gall dindi arrebossat amb enciam i cogombre

Fruita del temps

23 Cigrons estofats amb porro, pastanaga i pebrot

Truita de patates i carbassó amb enciam i poma

logurt ecològic

24 Coliflor amb patata i oli d'oliva

Salsitxes de porc a la planxa amb hummus casolà de cigrons

Fruita del temps

25 Sopa d'au amb estrelletes

Pollastre al forn amb patates fregides

Fruita del temps

28 Llenties estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Truita a la francesa amb enciam i olives

logurt ecològic

29 Gratinat de patata, pastanaga i carbassó

Vedella estofada amb xampinyons

Fruita del temps

30 Macarrons amb bolonyesa vegetal amb seità i tempeh

Pollastre al forn amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

31 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Bacallà arrebossat amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

Menú supervisat per Laia Navarro (col·legiada CAT-000031), diplomada en Nutrició i Dietètica Humana.

