

### 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

7 Pèsols amb patata i oli d'oliva

Gall dindi al forn  
amb salsa de xampinyons

Fruita del temps

14 Llenties estofades amb porro,  
pastanaga i pebrot

Maire enfarinada  
amb enciam i tomàquet

**logurt sense lactosa**

21 Arròs amb sofregit de tomàquet

Lluç al forn  
amb pastanaga ratllada

Fruita del temps

28 Llenties estofades  
amb porro, pastanaga i pebrot

Truita a la francesa  
amb enciam i olives

**logurt sense lactosa**

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

Mandonguilles de vedella  
amb sofregit de tomàquet

Fruita del temps

8 Espaguetis  
amb herbes provençals

Truita d'albergínia  
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

15 Arròs saltat amb verdures  
de la temporada

Pollastre amb poma al forn

Fruita del temps

22 Crema de carbassó  
amb oli d'oliva

Gall dindi arrebossat  
amb enciam i cogombre

Fruita del temps

29 Gratinat de patata,  
pastanaga i carbassó

Vedella estofada  
amb xampinyons

Fruita del temps

2 Mongetes seques estofades  
amb porro, pastanaga i pebrot

Truita a la francesa  
amb tomàquet amanit

**logurt sense lactosa**

9 Cigrons estofats  
amb porro, pastanaga i pebrot

**Pollastre arrebossat**  
amb enciam i poma

**logurt sense lactosa**

16 Crema de carbassa amb  
moniato i oli d'oliva

Mongetes seques estofades  
amb porro, pastanaga i pebrot

Fruita del temps

23 Cigrons estofats  
amb porro, pastanaga i pebrot

Truita de patates i carbassó  
amb enciam i poma

**logurt sense lactosa**

30 Macarrons amb bolonyesa  
vegetal amb seità i tempeh

Pollastre al forn amb enciam i  
pastanaga

Fruita del temps

3 Sopa d'au amb pistons

Pollastre arrebossat  
amb enciam i olives

Fruita del temps

10 Crema de carbassó  
amb oli d'oliva

Arròs a la cassola  
amb carn de porc i peix

Fruita del temps

17 Bròquil amb patata i oli d'oliva

Seità arrebossat amb enciam i  
pastanaga ratllada

Fruita del temps

24 Coliflor amb patata i oli d'oliva

Salsitxes de porc a la planxa  
amb hummus casolà de cigrons

Fruita del temps

31 Mongeta tendra amb  
patata i oli d'oliva

Bacallà arrebossat  
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

4 Crema de pastanaga  
amb oli d'oliva

Llenties estofades amb porro,  
pastanaga i pebrot

Fruita del temps

11 **FESTIU LLIURE  
DISPOSICIÓ**

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

Truita de pernil dolç  
amb enciam i pipes

Fruita del temps

25 Sopa d'au amb estrelletes

Pollastre al forn  
amb patates fregides

Fruita del temps

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

