

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

Postres de soja

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

Postres de soja

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

Llom de porc a la planxa
amb enciam i cogombre

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

Lluç al forn amb xampinyons

Fruita del temps

2 Mongetes seques estofades
amb porro, pastanaga i pebrot

Truita a la francesa
amb tomàquet amanit

Postres de soja

9 Cigrons estofats
amb porro, pastanaga i pebrot

Pollastre arrebossat
amb enciam i poma

Postres de soja

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

Postres de soja

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**

