

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 Lenties estofades
amb porro, pastanaga i pebrot

Lluç al forn
amb enciam i tomàquet

logurt ecològic

21 Arròs amb sofregit de tomàquet

Lluç al forn
amb pastanaga ratllada

Fruita del temps

28 Lenties estofades
amb porro, pastanaga i pebrot

Truita a la francesa
amb enciam i blat de moro

logurt ecològic

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

Mandonguilles de vedella a la
jardinera amb pèsols

Fruita del temps

8 Espaguetis amb crema
d'espínacs

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

Estofat de vedella amb salsa

Fruita del temps

2 Mongetes seques estofades
amb porro, pastanaga i pebrot

Truita a la francesa
amb tomàquet amanit

logurt ecològic

9 Cigrons estofats
amb porro, pastanaga i pebrot

Pollastre al forn
amb enciam i cogombre

logurt ecològic

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 cogombre

logurt ecològic

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 pastanaga

Fruita del temps

10 Crema de carbassó
amb oli d'oliva

Arròs a la cassola
amb carn 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

Llom de porc al forn 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 da la francesa
amb enciam i cogombre

Fruita del temps

25 Sopa d'au amb estrelletes

Pollastre al forn
amb patates al forn

Fruita del temps

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

