

DILLUNS

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.
ECO*: plat ecològic

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6 **Bròquil amb patata i oli d'oliva**

Gall dindi al forn
amb salsa de xampinyons
Fruita del temps

7 **Espaguetis amb crema d'espínacs**

Truita d'albergínia
amb tomàquet amanit
Fruita del temps

8 **Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva**

Nuggets de bròquil i formatge
amb enciam i poma
logurt ecològic

9 **Crema de carbassó amb oli d'oliva**

Arròs a la cassola
amb carn i peix
Fruita del temps

10 **FESTIU LLIURE DISPOSICIÓ**

13 **Macarrons amb herbes provençals**

Maire enfarinada
amb enciam i tomàquet
logurt ecològic

14 **Arròs saltat amb verdures de la temporada**

Pollastre amb poma al forn
Fruita del temps

15 **Crema de carbassa amb moniato i oli d'oliva**

Fideuà a la marinera
amb gambetes i calamars
Fruita del temps

16 **Bròquil amb patata i oli d'oliva**

Gall dindi arrebossat amb
enciam i pastanaga ratllada
logurt ecològic

17 **Patates estofades amb ceba i pebrot**

Truita de pernil dolç
amb enciam i pipes
Fruita del temps

20 **Arròs integral ECO amb sofregit de tomàquet**

Sardines enfarinades
amb pastanaga ratllada
Fruita del temps

21 **Crema de carbassó amb oli d'oliva**

Gall dindi arrebossat
amb enciam i cogombre
Fruita del temps

22 **Arròs amb xampinyons**

Truita de patates i carbassó
amb tomàquets xerris
logurt ecològic

23 **Coliflor amb patata i oli d'oliva**

Salsitxes de porc a la planxa
amb ceba i poma
Fruita del temps

24 **Espirals amb herbes provençals i formatge ratllat**

Pollastre a l'allet al forn
amb patates fregides
Fruita del temps

27 **Arròs amb verdures**

Truita a la francesa
amb enciam i olives
logurt ecològic

28 **Gratinat de patata, pastanaga i carbassó**

Vedella estofada
amb xampinyons
Fruita del temps

29 **Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva**

**Macarrons integrals amb
sofregit de tomàquet i tonyina**
Fruita del temps

30 **Bròquil amb patata i oli d'oliva**

Bacallà arrebossat
amb enciam i tomàquet
Fruita del temps

31 **Crema de verdures amb oli d'oliva**

Arròs a la cassola
amb daus de gall dindi
Fruita del temps

