

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

ECO*: plat ecològic

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.

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

3

Arròs integral **ECO**
amb sofregit de tomàquet

Lluç al forn amb salsa verda

Fruita del temps

4

Crema de carbassa i
moniato amb oli d'oliva

Pollastre a la planxa amb
hummus casolà de cigrons

Fruita del temps

5

Mongetes seques estofades
amb porro, pastanaga i pebrot

Truita de patata i carbassó
amb tomàquet amanit

logurt ecològic

6

Espaguetis amb crema
d'espinaacs

Llom al forn amb ceba i poma

Fruita del temps

7

Coliflor i patata amb oli d'oliva

Croquetes de pernil
amb pastanaga ratllada

Fruita del temps

10

FESTIU
LOCAL

11

FESTIU
LOCAL

17

Arròs tres delícies amb pernil
dolç, pastanaga i pèsols

Truita de formatge
amb rodanxes de cogombre

Fruita del temps

18

Fideus a la cassola

Gall dindi al forn amb salsa
i amanida d'enciam i blat de moro

Fruita del temps

24

Llenties estofades
amb porro, pebrot i arròs

Truita a la francesa
amb magrana i blat de moro

Fruita del temps

25

Mongeta tendra
amb patata i oli d'oliva

Pollastre a l'allet al forn
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

13

Llenties estofades
amb porro, ceba i carbassa

Maire enfarinada
amb magrana i blat de moro

logurt ecològic

14

Verdura tricolor amb mongeta
tendra, patata i pastanaga

Espirals a la bolonyesa vegetal
amb soja texturitzada

Fruita del temps

21

Broquil amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre a la planxa
amb verdures saltades

Fruita del temps

20

Pèsols amb patata
i oli d'oliva

Sardines enfarinades
amb pastanaga ratllada

Fruita del temps

28

Arròs integral **ECO**
amb sofregit de tomàquet

Contrahuix de gall dindi
estofada amb salsa

Fruita del temps

27

Crema de carbassa i
mongetes seques
amb oli d'oliva

Fricandó de vedella
amb prunes

logurt ecològic