

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 espàrrecs i porro

Lluç al forn amb salsa verda

logurt ecològic sense sucre

4

Crema de carbassa i
patata amb oli d'oliva

Pollastre a la planxa
amb enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

5

Bròquil al vapor

Truita de patata i carbassó
amb rodanxes de cogombre

logurt ecològic sense sucre

6

Espaguetis amb crema
d'espínacs

Pollastre al forn
amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

7

Coliflor i patata amb oli d'oliva

Llom arrebossat
amb rodanxes de cogombre

logurt ecològic sense sucre

10

Crema de carbassó i patata
amb oli d'oliva

Rap enfarinat
amb enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

11

Macarrons
amb herbes provençals

Pernillets de pollastre
a la llimona

logurt ecològic sense sucre

12

Arròs saltat amb verduretes
(carbassó, ceba i carbassa)

Truita a la francesa
amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

13

Crema de carbassa i patata
amb oli d'oliva

Maire enfarinada
amb rodanxes de cogombre

logurt ecològic sense sucre

14

Verdura tricolor amb mongeta
tendra, patata i pastanaga

Espirals amb herbes
provençals i formatge ratllat

logurt ecològic sense sucre

17

Arròs saltat
amb carbassa, espàrrecs i porro

Truita de formatge
amb rodanxes de cogombre

logurt ecològic sense sucre

18

Fideus a la cassola

Gall dindi al forn
amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

19

Crema de carbassa i porro
amb oli d'oliva

Llom de porc a la planxa
amb xampinyons

logurt ecològic sense sucre

20

Purè de patates

Sardines enfarinades
amb enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

21

Bròquil amb patata i oli d'oliva

Pit de pollastre a la planxa
amb carbassó, carbassa i porro

logurt ecològic sense sucre

24

Arròs saltat amb xampinyons

Truita a la francesa
amb rodanxes de cogombre

logurt ecològic sense sucre

25

Mongeta tendra
amb patata i oli d'oliva

Pollastre a l'allet al forn
amb enciam i olives

logurt ecològic sense sucre

26

Tallarines amb herbes
provençals i formatge ratllat

Lluç al forn amb oli de cibulet
i enciam i pipes

logurt ecològic sense sucre

27

Crema de carbassa i
patata amb oli d'oliva

Fricandó de vedella
amb xampinyons

logurt ecològic sense sucre

28

Arròs integral **ECO**
amb carbassa i porro

Contrahuix de gall dindi
estofada amb salsa

logurt ecològic sense sucre