

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

Arròs integral **ECO**  
amb sofregit de tomàquet

Truita de formatge  
amb pastanaga ratllada i olives

Fruita del temps

2

Crema tèbia de verdures amb  
mongetes seques i oli d'oliva

**Llom de porc a la planxa**  
amb cogombre i blat de moro

Fruita del temps

3

Amanida de cigrons  
amb olives i blat de moro

Pernilets de pollastre al forn  
amb tomàquets xerri

Fruita del temps

4

Amanida de **pasta\*** amb daus  
de tomàquet i pernil dolç

**Maire enfarinada\***  
amb enciam i taronja

Fruita del temps

5

Mongeta tendra  
amb patata i oli d'oliva

**Estofat de vedella amb salsa\***

**Gelat\***

8

**Pasta\***  
amb crema d'espínacs

**Maire enfarinada\***  
amb pastanaga ratllada

Fruita del temps

9

Crema de verdures  
amb oli d'oliva

Pit de pollastre  
amb hummus casolà de cigrons

Fruita del temps

10

Ensaladilla russa amb mongeta  
tendra, patata, pastanaga,  
pèsols i maionesa

**Llom de porc arrebossat\***  
amb blat de moro i olives

Fruita del temps

11

**Mongetes seques saltades**  
**amb all i julivert**

Truita de patates i ceba  
amb tomàquets xerri

Iogurt **ECO**

12

Arròs integral **ECO**  
amb herbes provençals

Contraçuixa de gall dindi  
al curri amb pebrot i ceba

Fruita del temps

15

Pèsols amb patata i oli d'oliva

**Salsitxes de porc a la planxa\***  
am tomàquets xerri

Fruita del temps

16

Crema tèbia de carbassó  
amb oli d'oliva

**Pasta\*** a la bolonyesa vegetal  
amb soja texturitzada **ECO**

Fruita del temps

17

Amanida de mongetes seques  
amb daus de tomàquet i olives

Truita de pernil dolç  
amb blat de moro i pastanaga

Fruita del temps

18

Verdura tricolor amb mongeta  
tendra, patata i pastanaga

Lluç al forn  
amb cogombre i raves

Fruita del temps

19

Arròs saltat  
amb verdures de la temporada

**Pit de pollastre arrebossat**  
**amb patates fregides\***

**Gelat\***

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.

Productes **ECO**: l'arròs integral, la pasta integral, les lleties vermelles, la proteïna vegetal i el iogurt és ecològic.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

Menú supervisat per Laia Navarro (col·legiada CAT-000031),

diplomada en Nutrició i Dietètica Humana.

\* **Producte sense gluten**

BON ESTIU!

