

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

7

8

9

10

11

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

28

29

30

Arròs **ECO**
amb sofregit de tomàquet

Pollastre arrebossat
amb enciam i olives

Fruita del temps

**Crema de pastanaga, ceba
i mongeta tendra amb oli
d'oliva**

Bacallà al forn
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

**Patata gratinada
amb formatge**

**Macarrons integrals amb
sofregit de tomàquet i tonyina**

logurt **ECO**

DIADA DE
CATALUNYA

Puré de patates

Lluç al forn amb samfaina de
tomàquet, ceba i pebrot

Fruita del temps

Espaguetis **ECO**
amb crema d'espínacs

Pit de pollastre a la planxa
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Ensaladilla russa
amb mongeta tendra, patata,
pastanaga, tonyina, olives i
maionesa

Truita **ECO** a la francesa
amb enciam i pipes

Fruita del temps

Amanida d'arròs integral ECO
amb enciam, daus de tomàquet
i olives

Llom de porc al forn
amb ceba i poma

Fruita del temps

Amanida d'enciams, ~~rucola~~,
tomàquet, olives i blat de moro

**Gall dindi a la planxa
amb pastanaga ratllada**

logurt **ECO**

Arròs **ECO**
saltat amb ceba, carbassa

Truita **ECO** de patates i ceba
amb enciam i pastanaga

logurt **ECO**

**Amanida de patata, tomàquet
i blat de moro amb oli d'oliva i
alfàbrega.**

Pernilets de pollastre al forn
amb xampinyons

Fruita del temps

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

Salmó al forn amb salsa
i amanida d'olives i cogombre

Fruita del temps

Espirals integrals **ECO**
amb sofregit de tomàquet
i formatge ratllat

Gall dindi arrebossat
amb enciam i pipes

Fruita del temps

Crema de pastanaga,
carbassó i poma

Estofat de vedella **ECO**
amb salsa de xampinyons

Fruita del temps

Arròs integral **ECO**
amb sofregit de tomàquet

Maire enfarinada
amb enciam i tomàquet xerri

Fruita del temps

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

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

Fruita del temps

Vichyssoise de porros

**Gall dindi a la planxa
amb cogombre i pastanaga**

Fruita del temps

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

TORNEM A L'ESCOLA
Bon inici de curs a tothom!

