

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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

5 Crema de carbassó amb oli d'oliva

Espaguetis integrals ECO a la bolonyesa vegetal amb soja texturitzada

Fruita del temps

6 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Seitons al forn amb pastanaga i olives

Fruita del temps

7 Sopa de peix de Llotja

Hamburguesa de vedella ECO a la planxa amb cogombre

Fruita del temps

1 Macarrons saltats amb verdures (pebrot, ceba i tomàquet)

Contracuixa de pollastre al curri amb blat de moro i olives

Fruita del temps

2 Llenties estofades amb ceba, all, tomàquet i òs de pernil

Truita ECO a la francesa amb pastanaga i pipes

Fruita del temps

12

FESTIU

13 Macarrons integrals ECO saltats amb verdures de la temporada

Croquetes de pollastre amb blat de moro i olives

Fruita del temps

14 Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata, pastanaga i oli d'oliva

Estofat de vedella ECO amb salsa

Fruita del temps

15 Arròs saltat amb xampinyons

Lluç al forn amb ceba i pastanaga

Fruita del temps

16 Llenties estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Pit de pollastre a la planxa amb cogombre i pipes

logurt ECO

19 Espirals integrals ECO amb herbes provençals

Salmó al forn amb salsa d'espínacs

Fruita del temps

20 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Truita ECO de patates i carbassó amb tomàquets xerris

logurt ECO

21 Crema de carbassó amb oli d'oliva

Pollastre a l'allet al forn amb xampinyons

Fruita del temps

22 Cigrons estofats amb ceba i pebrot

Vedella arrebossada ECO amb cogombre i magrana

Fruita del temps

23 Amanida variada

Arròs a la cassola amb peix de llotja, carn magre i pèsols

Fruita del temps

26 Llenties estofades amb porro, pastanaga i pebrot

Truita ECO a la francesa amb cogombre i olives

logurt ECO

27 Gratinat de patata, pastanaga i carbassó

Espaguetis integrals ECO a la bolonyesa vegetal amb soja texturitzada

Fruita del temps

28 Arròs amb salsa de verdures de temporada

Contracuixa de pollastre al curri amb magrana i enciam

Fruita del temps

29 Sopa d'au amb pistons

Bacallà arrebossat amb blat de moro i tomàquet

Fruita del temps

30 Crema de verdures amb oli d'oliva

Vedella estofada ECO amb xampinyons

Fruita del temps

