

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 amb herbes
provençals i tonyina

logurt ECO sense sucre

6 Bròquil amb patata
i oli d'oliva

Seitons al forn
amb enciam i olives

logurt ECO sense sucre

7 Sopa de peix de Llotja

Hamburguesa de vedella ECO
a la planxa amb cogombre

logurt ECO sense sucre

8 Puré de patates

Truita a la francesa ECO
amb enciam i pipes

logurt ECO sense sucre

9 Arròs amb espàrrecs

Gall dindi al forn
amb xampinyons

logurt ECO sense sucre

12
FESTIU

13 Macarrons
amb herbes provençals

Pollastre arrebossat
amb enciam i olives

logurt ECO sense sucre

14 Espinacs amb patata
i oli d'oliva

Estofat de vedella ECO
amb salsa

logurt ECO sense sucre

15 Arròs saltat amb xampinyons

Lluç al forn
amb enciam i pipes

logurt ECO sense sucre

16 Llenties estofades
amb porro i carbassa

Pit de pollastre a la planxa
amb cogombre i pipes

logurt ECO sense sucre

19 Espirals
amb herbes provençals

Salmó al forn
amb salsa d'espinacs

logurt ECO sense sucre

20 Bròquil al vapor

Truita ECO de patates i
carbassó amb enciam i pipes

logurt ECO sense sucre

21 Crema de carbassó
amb oli d'oliva

Pollastre a l'allet al forn
amb xampinyons

logurt ECO sense sucre

22 Llenties estofades
amb porro i carbassa

Vedella arrebossada ECO
amb cogombre i olives

logurt ECO sense sucre

23 Envidies amanides

Arròs a la cassola amb peix de
llotja i carn magre

logurt ECO sense sucre

26 Llenties estofades
amb porro i carbassó

Truita ECO a la francesa
amb cogombre i olives

logurt ECO sense sucre

27 Gratinat de patata i carbassó

Espaguetis amb herbes
provençals i tonyina

logurt ECO sense sucre

28 Arròs saltat amb espàrrecs

Contracuixa de pollastre al curri
amb enciam i cogombre

logurt ECO sense sucre

29 Sopa d'au amb pistons

Bacallà arrebossat
amb enciam i pipes

logurt ECO sense sucre

30 Crema de carbassa
amb oli d'oliva

Vedella estofada ECO
amb xampinyons

logurt ECO sense sucre

