

DILLUNS

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

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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

8 Pèsols amb patata i oli d'oliva

---

**Lluç a la planxa** amb tomàquet amanit

---

logurt ECO

9 Arròs integral ECO amb sofregit de tomàquet

---

Gall dindi al forn amb xampinyons

---

Fruita del temps

12

**FESTIU**

13 Macarrons integrals ECO saltat amb verdures de la temporada

---

**Pit de pollastre a la planxa** 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

---

**Gall dindi a la planxa** 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 a la planxa 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

---

**Lluç a la planxa** 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 a la planxa** 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

