

DILLUNS 30	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
<b>Festiu</b>	<b>Festiu</b>	ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET (sofregit casolà)  CROQUETES DE BACALLÀ  XAMPINYONS SALTEJATS  FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ (patata i ceba)  MACARRONS A LA BOLONYESA (100% VEGETALS)  JULIANA D' ENCIAM  FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)  PEIX FRESC DE MERCAT  DAUS DE PATATES NATURALS  IOGURT
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
MENESTRA CASOLANA (patata, mongeta verda, pastanaga i carbassó) AMB MAIONESA  PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA  ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT  FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet)  LLUÇ A LA PLANXA  AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (opcional)  GELAT	MONGETES VERDES SALTEJADES  TRUITA DE PATATA, CARBASSÓ I CEBÀ (100% VEGETAL)  AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  FRUITA DEL TEMPS	PAELLA DE VERDURES (ceba, pebrot vermell i verd, porros i mongeta tendra)  TONYINA AL FORN (amb ceba i tomàquet natural)  CARBASSÓ A LA PLANXA  FRUITA DEL TEMPS	
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPINACS BULLITS AMB PATATES  POLLASTRE AMB SALSÀ DE LLIMONA  AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)  CROQUETES CASSOLANES DE QUINOA  AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA  IOGURT	ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET (sofregit casolà)  TRUITA DE PERNIL DOLÇ  AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  FRUITA DEL TEMPS	PASTA AMB PORROS I XAMPINYONS  PEIX FRESC DE MERCAT  AMANIDA D'ENCIAM I SOJA  FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ (patata i ceba)  PILOTA DE VEDELLA CASOLANA AL FORN  XAMPINYONS SALTEJATS  FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
<b>Festiu</b>	MACARRONS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana)  CROQUETES DE PERNIL  JULIANA D' ENCIAM  FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS SALTEJATS AMB VERDURES  TRUITA CAMPEROLA (ceba, pebrot i mongeta tendra)  CARBASSÓ GRATINAT AMB FORMATGE  GELAT	PATATES, MONGETES VERDES I PASTANAGUES BULLIDES  POLLASTRE AMB HERBES AROMÀTIQUES  CUSCÚS  FRUITA DEL TEMPS	AMANIDA D'ARRÒS (daus de tomàquet, olives verdes i pinya)  LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural)  AMANIDA D'ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA  FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
ENSALADILLA RUSSA  LLONZES DE LLOM AMB MEL (salsa opcional)  TOMÀQUET AMANIT  FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS CINQ DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga)  CAÇÓ A L' ANDALUSA (fregit amb farina)  AMANIDA DE L' HORT (enciam, pebrot vermell i)  FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA  LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS  AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  FRUITA DEL TEMPS	ESPIRALS SALTEJATS AMB MONGETA TENDRA, CEBÀ I PASTANAGA  PEIX FRESC DE MERCAT  PATATES FREGIDES  IOGURT	

## Recomanació Sopars

DILLUNS 30	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
<b>Festiu</b>	<b>Festiu</b>	COL-I-FLOR BULLIDA AMB PATATES PIT DE GALL D'INDI A LA CREMA DE MOSTASSA FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO OUS AMB SANFAINA MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	GRAELLA DE VERDURES PA AMB TOMÀQUET AMB PERNIL CUIT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
PÈSOLS SALTEJATS AMB PERNIL SALMÓ AMB SALSUA SUAU D'OLI, ALLS, LLIMONA I VINAGRE IOGURT	ENSALADILLA RUSSA BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	QUINOA AMB BRÒQUIL CONILLA A L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS	CREMA FREDA DE MELÓ AMB ENCENALLS DE PERNIL GALL D'INDI MARINAT AL FORN FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (crema de porros i patates) SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ARRÒS QUATRE DELÍCIES (pèsols, pastanaga, blat de moro i truita) BACALLÀ A LA GALLEGA (al forn, amb ceba i pebre vermell) FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) GALL D'INDI MARINAT AL FORN MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	CARBASSÓ GRATINAT AMB FORMATGE CONILL A L'ALL CREMAT IOGURT	HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE VERDURES LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
<b>Festiu</b>	MONGETA VERDA SALTEJADA AMB PERNIL CALAMARS AMB ALL I JULIVERT FRUITA DEL TEMPS	GASPATXO PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	ARRÒS BASMATI AMB VERDURES LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ CUALLADA	GRAELLADA DE VERDURES XAI GUISAT AL CURRI FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
AMANIDA DE MONGETES SEQUES (tonyina, pastanaga ratllada i tomàquet) ORADA A L'ESPASA IOGURT	CREMA FREDA DE MELÓ AMB ENCENALLS DE PERNIL PIT DE GALL D'INDI A LA CREMA DE MOSTASSA FRUITA DEL TEMPS	ENSALADILLA RUSSA BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	ESPINACS BULLITS AMB PATATES CONILL RUSTIT FRUITA DEL TEMPS	

### Necessitats Alimentàries Especials

- |                               |   |                               |                             |                                  |
|-------------------------------|---|-------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|
| 1. Pasta sense gluten         | 18. Sense maionesa                          | 35. Croquetes de pollastre    | 52. Macarrons s/gluten      | 69. Sense maionesa ni pèsols     |
| 2. Pasta sense ou             | 19. Verdura bullida amb patata              | 36. Croquetes de pollastre    | 53. Pasta s/ou i s/formatge | 70. Llonzes a la planxa          |
| 3. Salsa napolitana           | 20. Vedella a la planxa                     | 37. Truita vegana             | 54. Sense formatge          | 71. Sense truita                 |
| 4. Truita vegana              | 21. Truita de blat de moro de patata i ceba | 38. Truita francesa           | 55. Sense formatge          | 72. Sense pèsols i s/gall d'indi |
| 5. Truita francesa            | 22. Sense pèsols                            | 39. Pasta sense gluten        | 56. Croquetes s/gluten      | 73. Farina sense gluten          |
| 6. Truita francesa            | 23. Sense apio                              | 40. Pasta sense ou            | 57. Llom arrebossat         | 74. Pollastre a la planxa        |
| 7. Croquetes s/gluten         | 24. Carn a la planxa                        | 41. Salsa napolitana          | 58. Llom arrebossat         | 75. Sense làctics                |
| 8. Llom arrebossat            | 25. pa sense gluten                         | 42. Salsa napolitana          | 59. Llom arrebossat         | 76. Sense làctics                |
| 9. Peix arrebossat            | 26. pa sense ou                             | 43. Llom a la planxa          | 60. Llom arrebossat         | 77. Arròs amb verdures           |
| 10. Peix arrebossat           | 27. Salsa sense gluten                      | 44. Farina s/gluten           | 61. Llom arrebossat         | 78. Pasta s/gluten               |
| 11. Bacallà arrebossat        | 28. Llom a la planxa                        | 45. Elaborat sense ou         | 62. Llom arrebossat         | 79. Pasta sense ou               |
| 12. Pasta sense gluten        | 29. Llom a la planxa                        | 46. Truita francesa           | 63. Llom arrebossat         | 80. Llom a la planxa             |
| 13. Pasta sense ou            | 30. Salsa sense gluten                      | 47. Sense làctics             | 64. Arròs amb verdures      |                                  |
| 14. Macarrons a la napolitana | 31. mongeta tendra amb patata               | 48. Sense làctics             | 65. Truita vegana           |                                  |
| 15. mongeta tendra amb patata | 32. Croquetes s/gluten                      | 49. Pasta sense gluten        | 66. Vedella a la planxa     |                                  |
| 16. Llom a la planxa          | 33. Pollastre arrebossat                    | 50. Pasta sense ou            | 67. Sense ou ni maionesa    |                                  |
| 17. Sense maionesa            | 34. Pollastre arrebossat                    | 51. Macarrons a la napolitana | 68. Sense tonyina           |                                  |

Tota la fruita i la verdura és de proximitat.

El tipus i l'elaboració del peix fresc, varia segons la disponibilitat al mercat. Un dia a la setmana el menú és sense proteïna animal.

#### PRODUCTES ECOLÒGICS:

El iogurt, tota la pasta seca i l'arròs (blanc i integral), la llegum seca (llenties, cigrons i mongetes), la sal, la farina, el pa ratllat i la mel.

EL DIA 11 HI HAURÀ MENÚ ESPECIAL PER LA JORNADA DE SANT PONÇ:

1r PLAT: Espaguetis amb herbes aromàtiques

2n PLAT: Llom a les fines herbes amb amanida amb vinagreta de mermelada

POSTRE ESPECIAL

"Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT001048)"

