

# IBONES VACANCES D'ESTIU!



SENSE LACTOSA

DIVENDRES 1

ARRÒS AMB TOMÀQUET

\*ESCALOPA DE POLLASTRE  
AMB ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
AMANIDA DE LLENTIES <b>ECO</b> (TOMÀQUET, OLIVES I BLAT DE MORO)	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS (MONGETA TENDRE, PORRO, CEBA, PASTANAGA I PATATA)	ENCIAM AMB TOMÀQUET I OLIVES	MACARRONS <b>ECO</b> NAPOLITANA (TOMÀQUET, CEBA I PORRO)	MENESTRA DE VERDURES
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES	*PEIX ARREBOSSAT AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS SEMI INTEGRAL AMB FRICANDÓ (RODÓ DE VEDELLA, TOMÀQUET, CEBA, PORRO I PASTANAGA)	PEIX FRESC AMB ENCIAM I PASTANAGA	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
MONGETA VERDA AMB PATATA	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET	ENCIAM AMB TOMÀQUET I FRUITS SECS	CIGRONS SALTATS <b>ECO</b> (CEBA, PORRO I TOMÀQUET)	CREMA DE CARBASSÓ (CARBASSÓ, PASTANAGA, PATATA, CEBA I PORRO)
SALMÒ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	POLLASTRE A L'ALLET AMB XAMPINYONS	PAELLA DE PEIX (PEIX, MUSCLOS I CALAMAR)	TRUITA DE *PERNIL AMB ENCIAM I PASTANAGA	RODÓ DE VEDELLA AL FORN AMB VERDURES
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21 DIA DE LA PROTEINA VEGETAL	DIVENDRES 22
PESOLS SALTEJATS AMB CEBA I PERNIL	BRÓQUIL AMB PATATA	ENCIAM AMB TOMÀQUET I OLIVES	VICHYSOISE (CREMA DE PORROS FREDA)	ARRÒS SEMI INTEGRAL AMB TOMÀQUET
OUS DURS AMB SALSINA DE TOMÀQUET	BRUIXA AL FORN AMB VERDURES	CUS CUS AMB ESTOFAT DE GALL D'INDI	PASTA DE BOLONYESA VEGETAL	HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	GELAT DE SOJA
Fruita del mes: Plàtan, peres d'estiu, nespres, prunes, cireres, maduixes, albercoc, meló i síndria				
PA NORMAL O INTEGRAL A TRIAR				
*SENSE LLET				