

OCTUBRE

2018

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (ALFÀBREGA I PINYONS)	CIGRONS ECO AMB PATATA (CEBA, PORRO I SOFREGIT DE TOMÀQUET)	AMANIDA GREGA (ENCIAM, TOMÀQUET, BLAT DE MORO, OLIVES I FORMATGE)	CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS (MONGETA TENDRA, PORRO, CEBA, PASTANAGA I PATATA)	BLEDES AMB PATATES
FILET DE BACALLÀ A LA ROMANA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	OUS AL FORN A LA CARBONARA (CREMA DE LLET I BACON)	PAELLA DE PEIX I MARISC (SÈPIA, MUSCLOS, CLOÏSSES, BROU DE PEIX, PEBROT VERD I VERMELL I TOMÀQUET)	HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA	PIT DE POLLASTRE AL FORN AMB SAMFAINA (TOMÀQUET, CEBA, PORRO, PEBROT VERMELL I VERD, CARBASSÓ, ALBERGÍNIA)
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
Verdura bullida amb patates Gall d'indi a la planxa Làctic	Quiche de porros amb pernil dolç Fruita	Truita de verdures amb amanides Fruita	Peix blanc arrebossat amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada Fruita	Quinoa amb verdures i fruita seca Peix blau al forn Fruita
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
LLENTIES ECO ESTOFADES (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET	AMANIDA DE POMA I BLAT DE MORO	MONGETA VERDA AMB PATATA	Festa
TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I OLIVES	LLOM DE PORC AL FORN AMB VERDURES	FIDEUÀ DE MARISC (CLOÏSSES, CALAMAR, GAMBA, SÈPIA I MUSCLOS)	SALMÓ AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA	
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	
Peix blanc arrebossat amb amanida Fruita	Crema de verdures Truita francesa amb formatge Fruita	Pasta integral amb tomàquet Peix blau a la planxa Fruita	Amanida verda amb formatge i nous BRANDADA DE LLUÇ Fruita	
DILLUNS 15 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
CREMA DE CARBASSÓ AMB PÈSOLS	MONGETES BLANQUES ECO ESTOFADES (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	BARREJA D'ENCIIAMS AMB OLIVES	ESPAGUETIS A LA CARBONARA (BACON, FORMATGE I CREMA DE LLET)	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS
CUSCÚS DE VERDURES AMB FRUITA SECA	TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET	ARRÒS INTEGRAL ECO AMB BOLESTES SALTATS, RODÓ DE VEDELLA AMB PÈSOLS I PASTANAGA	LLUÇ AL FORN AMB VERDURES (TOMÀQUET, CEBA, PORRO, PASTANAGA I CARBASSÓ)	ESCALOPA DE POLLASTRE AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
Truita de verdures de temporada amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita	Arròs integral amb verdures i tomàquet Peix blau a la planxa Fruita	Hamburguesa de lletanies amb tomàquet i pa de hamburguesa Fruita	Amanida verda Pollastre arrebossat Làctic	Peix blau al forn amb patates al forn Fruita
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
CREMA DE PASTANAGA AMB QUINOA	MENESTRA DE VERDURES	ENCIAM I TOMÀQUET	MACARRONS ECO AMB TOMÀQUET I FORMATGE	PÈSOLS AMB PATATES
TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES	BOTIFARRA AMB ENCIAM I PASTANAGA	ARRÒS INTEGRAL AMB ESTOFAT DE GALL D'INDI	PEIX FRESC AMB ENCIAM I OLIVIES	POLLASTRE A LES FINES HERBES
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
Amanida variada Pollastre al forn amb patates Fruita	Sopa de pasta Peix blau al forn amb tomàquet amonit Làctic	Verdura bullida amb patata Truita francesa amb formatge Fruita	Mandonguilles de cigrons a la jardineria Fruita	Peix blanc arrebossat amb verdures Fruita
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31 MENÚ CASTANYADA		
BRÒQUIL AMB PATATA	CIGRONS ECO AMB ESPINACS (ESPINACS, TOMÀQUET I PATATES)	CREMA DE CARBASSA I BONIATO		
BACALLÀ AMB SAMFAINA	OUS AMB TOMÀQUET ENCIAM I OLIVIES	POLLASTRE AMB CASTANYES		
FRUITA	FRUITA	NATILLES		
Arròs integral amb pollastre Fruita	Peix blau a la planxa amb puré de patata i carbassa Fruita	Verdura bullida amb patates Truita de xampinyons Fruita		
Fruita de proximitat i temporada: Poma, pera, plàtan, kiwi, taronja.				
PA NORMAL O INTEGRAL A TRIAR				
Berenars: entrepà, coca de xocolata, pa amb xocolata, iogurt amb galetes o fruita (de p3 a 2h). Aquests berenars es serveixen de manera rotatòria. Diàriament disposen d'un bol de fruita variada i pa.				