



FEBRER 2019

DIVENDRES 1
PATATES GUISADES AMB PASTANAGA I PÈSOLS
PEIX AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA

DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOURS 7 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL	DIVENDRES 8
PASTA AMB PESTO (ALFÀBREGA, PINYONS I OLI D'OLIVA)	BLEDES AMB PATATA	ENCIAM AMB OLIVES NEGRES I BLAT DE MORO	CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS	ESCUDELLA BARREJADA (PISTONS, CIGRONS ECO I VERDURES)
OUS AMB TOMÀQUET	PEIX AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS INTEGRAL ECO AMB HAMBURGUESA VEGETAL	LLENTIES AMB ARRÒS INTEGRAL I VEGETALS	PEIX FRESC ARREBOSSAT AMB ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOURS 14	DIVENDRES 15
FESTA	TALLARINES AMB ORENGA I OLI D'OLIVA	ENCIAM AMB TOMÀQUET I FRUITA SECA	CREMA DE CARBASSÓ (CARBASSÓ, CEBA, PORRO, PATATA)	CIGRONS ECO ESTOFATS (PASTANAGA I SOFREGIT DE TOMÀQUET)
	FILET DE BRUIXA AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS BLANC AMB OU DUR I VERDURES	HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I PASTANAGA	CROQUETES DE BACALLÀ AMB ENCIAM I OLIVES
	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOURS 21	DIVENDRES 22
LLENTIES ECO AMB VERDURES (CEBA, PORRO, PATATA, PASTANAGA I TOMÀQUET SOFREGIT)	ARRÒS INTEGRAL AMB VERDURES (PEBROT VERD I VERMELL, MONGETA TENDRA I CARBASSÓ)	ENCIAM AMB PASTANAGA	SOPA DE PEIX AMB PASTA	COL I FLOR AMB PATATES
TRUITA A LA FRANCESA, ENCIAM I TOMÀQUET	SALMÓ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	CUS CÚS AMB VERDURES I HAMBURGUESA VEGETAL	NUGGETS DE FORMATGE I TOFU AMB AMANIDA	PEIX ARREBOSSAT AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA	FRUITA	FLAM O IOGURT	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOURS 28	
TALLARINES INTEGRAL AMB TOMÀQUET	MONGETES AMB PATATES	AMANIDA GREGA (BARREJA DE TOMÀQUET, CHERRYS, OLIVES NEGRES I FORMATGE)	CIGRONS ESTOFATS (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	
LLUÇ AL FORN A LA TARONJA	HAMBURGUESA VEGETAL AMB AMANIDA	PAELLA DE VERDURES I PEIX	TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA	
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	

Fruita del mes: Poma, pera, plàtan, taronja i mandarina

PA NORMAL O INTEGRAL A TRIAR

Berenars: entrepà, coca casolana, pa amb xocolata o iogurt amb galetes (de p3 a 2n) Aquests berenars es serveixen de manera rotatòria. Diàriament disposen d'un bol de

Menú revisat per Marina Perugini. Llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments Màster en dietètica i nutrició humana.