



NOVEMBRE 2021 NO PLV

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
	ARRÓS AMB CASTANYES I CARBASSA I PORRO HAMBURGUESA VEGUI AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA	AMANIDA VARIADA (ENCIAM, TOMÀQUET, BLAT DE MORO, OLIVES) ARRÓS ECO INTEGRAL AMB MANDONGUILLES (PATATES, PASTANAGA, CEBA, PORRO I PÈSOLS) IÒGURT DE SOJA	MONGETES BLANQUES ECO ESTOFADES (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES) TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA	ESPIRALS AL PESTO (ALFÀBREGA, PINYONS, ALL I OLI D'OLIVA) PEIX BLAU AMB LLIT DE PORRO, MONIATO I CEBA FRUITA
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
AMANIDA AMB TOMÀQUET, BLAT DE MORO I OLIVES PAELLA DE VERDURES AMB FAVES I PÈSOLS FRUITA	ESTOFAT DE CIGRONS ECO AMB VERDURES (MONGETA VERDA, PASTANAGA, PORRO I PATATA) OUS AMB TOMÀQUET FRUITA	BARREJA D'ENCIAMS PASTANAGA I PIPES CUSCÚS AMB RODÓ DE VEDELLA AMB VERDURES SALTADES IÒGURT DE SOJA	ARRÓS ECO INTEGRAL AMB TOMÀQUET PEIX FRESC AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA	SOPA DE BROU I VERDURES AMB GALETES POLLASTRE AL FORN AMB POMA, ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
LLENTIES ECO ESTOFADES (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES) TRUITA DE PATATES I CARBASSÓ AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA	TALLARINES INTEGRALS ECO AMB ORENGA I OLI D'OLIVA SALMÓ A LES FINES HERBES AMB ENCIAM I AVOCAT FRUITA	BARREJA D'ENCIAMS AMB TOMÀQUET I FRUITA SECA ARRÓS CALDÓS AMB PEIX IÒGURT DE SOJA	BLEDES AMB PATATES LLOM DE PORC AL FORN AMB BOLETS (CEBA, PORRO, PASTANAGA I POMES) FRUITA	CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS CIGRONS SALTATS AMB ALL I TOMÀQUET FRUITA
DILLUNS 22	FRUITA	DIMECRES 24	DIJOUS 25: PROJECTE EEU	DIVENDRES 26
MACARRONS ECO INTEGRALS AMB TOMÀQUET BACALLÀ AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA	TRINXAT DE COL VEDELLA ARREBOSSADA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA	ENCIAM AMB TOMÀQUET, PASTANAGA I BLAT DE MORO LLENTIES ECO ESTOFADES AMB ARRÓS ECO INTEGRAL IÒGURT DE SOJA	CREMA DE CARBASSA ESTOFAT DE GALL D'INDI COMPOTA DE POMA	ARRÓS TRES DELICIES VEGÀ (PÈSOLS, BLAT DE MORO I CEBA) OUS A LA CARBONARA FRUITA
DILLUNS 29	DIMARTS 30	<p>SI PEL NOVEMBRE TRONA, LA COLLITA SERÀ BONA</p>		
SOPA D'AU AMB PASTA TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA ESPAGUETIS ECO INTEGRALS AMB BOLONYESA VEGETAL FRUITA			

Fruita: taronja, plàtan, mandarina, kaki i raïm

PA INTEGRAL

Berenars: entrepà, pa amb xocolata (SENSE LACTOSA) o fruita. Aquests berenars es serveixen de manera rotatòria. Diàriament disposen d'un bol de fruita variada i pa.

Menú revisat per Marina Perugini. Llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments Màster en dietètica i nutrició humana.
LA VOSTRA CUINA S.L. Reg. San.: 26.12437/B, Av. Egara, 50 08192, SANT QUIRZE DEL VALLÈS www.vostracuina.com