



# GENER 2022

DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
<b>CEMA DE VERDURES I CROSTONS</b> (PATATA, ESPINAC, CEBA, PORRO, MONGETA TENDRA I PASTANAGA)	<b>CIGRONS ECO SALTATS</b> (TOMÀQUET, CEBA, PORRO I ALL)	<b>ENCIAM AMB BLAT DE MORO</b>	<b>SOPA DE BROU AMB VEGETALS I PASTA</b>	<b>MONGETA VERDA AMB PATATA</b>
<b>ESPIRALS AMB BOLONYESA VEGETAL</b>	<b>TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I OLIVES</b>	<b>ARRÓS INTEGRAL AMB MANDONGUILLES DE CIGRONS</b> (PATATES, PASTANAGA, CEBA, PORRO I PÈSOLS)	<b>TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I PASTANAGA</b>	<b>BRUIXA AREBOSSADA AMB ENCIAM I TOMÀQUET</b>
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
<b>MENESTRA DE VERDURES</b> (PASTANAGA, MONGETA TENDRA, CARXOFA, PÈSOLS I PATATA)	<b>ARRÓS AMB BOLETS</b>	<b>ENCIAM AMB TOMÀQUET XERRI I PIPES</b>	<b>LLENTIES ECO AMB VERDURES</b> (CEBA, PATATA, PASTANAGA, PORRO I TOMÀQUET SOFREGIT)	<b>CEMA DE VERDURES I CROSTONS</b> (PATATA, ESPINAC, CEBA, PORRO, MONGETA TENDRA I PASTANAGA)
<b>PEIX ARREBOSSAT AMB ENCIAM I TOMÀQUET</b>	<b>OUS AMB TOMÀQUET</b>	<b>FIDEUA VEGETAL</b>	<b>PEIX FRESC AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA</b>	<b>ESPIRALS AMB BOLONYESA VEGETAL</b>
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
<b>BLEDES AMB PATATES</b>	<b>ESPIRALS ECO INTEGRALS AMB TOMÀQUET I FORMATGE</b>	<b>ENCIAM AMB BLAT DE MORO I OLIVES</b>	<b>MONGETES BLANQUES ESTOFADES</b>	<b>PATATES GUISADES AMB PASTANAGA I PÈSOLS</b>
<b>SALMÓ A LES FINES HERBES AMB ENCIAM I PASTANAGA</b>	<b>MANDONGUILLES DE CIGRONS AMB ENCIAM I COGOMBRE</b>	<b>PAELLA DE MARISC</b>	<b>TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET</b>	<b>PEIX AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES</b>
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 31				
<b>ARRÓS ECO INTEGRAL AMB TOMÀQUET</b> <b>CROQUETES DE BACALLÀ AMB ENCIAM I TOMÀQUET</b> <b>FRUITA</b>				

**Fruita d'hivern: poma, pera, kaki, mandarina, taronja**

**PA INTEGRAL**

**Berenars: entrepà, pa amb xocolata, iogurt natural amb tortites d'arròs o/i fruita. Aquests berenars es**

**Menú revisat per Marina Perugini. Llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments Master en**

**LA VOSTRA CUINA S.L. Reg. San.: 26.12437/B, Av. Egara, 50 08192, SANT QUIRZE DEL VALLÈS [www.vostracuina.com](http://www.vostracuina.com)**