

CARN

SETEMBRE 2022

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
AMANIDA DE PATATA (OLIVES NEGRES, TOMÀQUET, POMA I FRUITS SECS)	AMANIDA MONGETA SECA, OLIVES NEGRES, PASTANAGA BLAT DE MORO I TOMÀQUET	ENCIAM AMB TOMÀQUET I FORMATGE	GASPATXO O AMANIDA VARIADA	AMANIDA D'ARROS INTEGRAL (XERRI, BLAT DE MORO, OLIVES)
OUS AMB TOMÀQUET I ENCIAM AMB PASTANAGA I COGOMBRE	BACALLÀ ARREBOSSAT AMB ENCIAM, COGOMBRE I TOMÀQUET	CUS CUS AMB PEIX	MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL (TOMÀQUET I TOFU)	CIGRONS AMB COMÍ
FRUITA	FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 12	DIMARTS 13-PROTEÏNA VEGETAL-	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
AMANIDA DE LLENTIES (TOMÀQUET, OLIVES I BLAT DE MORO)	CREMA DE VERDURES TÈBIA AMB CROSTONS (MONGETES TENDRES, PORRO, CEBA, PASTANAGA I PATATA)	ENCIAM AMB PASTANAGA, COGOMBRE I BLAT DE MORO	MENESTRA DE VERDURES (PATATA, PASTANAGA, PÈSOLS, MONGETES TENDRES)	PATATES AL FORN
TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES	MACARRONS AMB PORROS, PASTANAGA, COL, XERRIS I AMETLLES	ARRÒS ECO INTEGRAL AMB PEIX (TOMÀQUET, CEBA, PORRO I PASTANAGA)	PEIX FRESC AMB ENCIAM I PASTANAGA	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
ESPINACS AMB PATATES	AMANIDA DE CIGRONS, OLIVES NEGRES, BLAT DE MORO I TOMÀQUET	ENCIAM AMB OLIVES, TOMÀQUET I BLAT DE MORO	AMANIDA DE PASTA, TOMÀQUET, PASTANAGA, TOMÀQUET I OLIVES VERDES	CREMA DE CARBASSÓ (CARBASSÓ, PASTANAGA, PATATA, CEBA I PORRO)
CROQUETES DE BACALLÀ AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	OUS AMB TOMÀQUET	PAELLA DE PEIX (PEIX, MUSCLOS I CALAMAR)	PEIX AL FORN AMB VERDURES	TRUITA DE PATATA AMB XAMPINYONS
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
ENCIAM AMB PASTANAGA, FORMATGE FRESC I COGOMBRE	BRÒQUIL AMB PATATA	ENCIAM AMB TOMÀQUET I FORMATGE	ARRÒS ECO INTEGRAL AMB TOMÀQUET	VICHYSOIS (CREMA DE PORRO I PATATA)
PÈSOLS I PATATES SALTEJATS AMB CEBA, PERNIL I OU DUR	BRUIXA AL FORN AMB VERDURES ENCIAM I OLIVES	CUS CUS AMB ESTOFAT DE PEIX	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	ESPIRALS A LA BOLONYESA VEGETAL
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE

Fruita del mes: Plàtan, peres d'estiu, nespres, prunes, cireres, maduixes, albercoc, meló i sindria

PA INTEGRAL