

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL
PASTA AMB PESTO (ALFÀBREGA, PINYONS I OLI D'OLIVA)	BLEDES AMB PATATA	ENCIAM AMB OLIVES NEGRES I BLAT DE MORO	ESCUDELLA BARREJADA (PISTONS, CIGRONS ECO, VERDURES)	CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS
OUS AMB TOMÀQUET, ENCIAM AMB PASTANAGA	POLLASTRE AL FORN AMB PINYA, ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS INTEGRAL ECO POLLASTRE AMB XAMPINYONS	PEIX FRESC ARREBOSSAT* AMB ENCIAM I PASTANAGA	LLENTIES ECO AMB ARRÒS
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
PÈSOLS AMB PATATA	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 SOPREGIT DE TOMÀQUET)
TRUITA DE PERNIL, ENCIAM AMB PASTANAGA	FILET DE BRUixa AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS INTEGRAL ECO AMB COSTELLES I VERDURES	LLOM AL FORN AMB Salsa DE POMA ENCIAM I PASTANAGA	BACALLÀ ARREBOSSAT* AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
LLENTIES ECO AMB VERDURES (CEBA, PORRO, PATATA, PASTANAGA I TOMÀQUET SOPREGIT)	ARRÒS INTEGRAL ECO AMB VERDURES (PEBROT VERD I VERMELL, MONGETA TENDRA I CARBASSÓ)	ENCIAM AMB PASTANAGA	SOPA DE PEIX AMB PASTA	COL I FLOR AMB PATATA AL VAPOR
OUS AMB TOMÀQUET	SALMÓ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	CUS CÚS AMB VERDURES I ESTOFAT DE GALL D'INDI	POLLASTRE A L'ALLET AMB PATATES FREGIDES	LLOM AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
SOPA D'ARRÒS	MONGETES AMB PATATES	AMANIDA VARIADA (BARREJA DE TOMÀQUET CHERRYS I OLIVES NEGRES)	CIGRONS ECO ESTOFATS (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	CREMA DE VERDURES
LLUÇ AL FORN, ENCIAM I TOMÀQUET	PIT DE POLLASTRE AL FORN AMB SANFAINA (TOMÀQUET, CEBA, PORRO, PEBROT VERMELL I VERD, CARBASSÓ I ALBERGÍNIA)	PAELLA MIXTA (SÈPIA, CALAMAR, GAMBA, MUSCLOS, COSTELLA DE PORC)	TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA	TALLARINES AMB Salsa BOLONYESA DE POLLASTRE
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
FRUITA DEL MES: POMA, PÈRA, PLÀTAN, TARONJA I MANDARINA				
PA INTEGRAL				
*ARREBOSSAT PEL CUINER SENSE GLUTEN, LACTOSA NI OU				
BERENARS, ENTREPÀ, IOGURT AMB GALETES I PA AMB XOCOLATA				
AQUESTS BERENARS ES SERVEIXEN DE MANERA ROTATÒRIA. DIÀRIAMENT DISPOSEM D'UN BOL DE FRUITA I PA				

Treballem conjuntament amb Cesnut Nutrició per oferir-vos la màxima qualitat dietètica en la programació dels nostres menús.  
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