

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7 DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL
PASTA AMB PESTO (ALFÀBREGA, PINYONS I OLI D'OLIVA)	BLEDES AMB PATATA	ENCIAM AMB OLIVES NEGRES I BLAT DE MORO	ESCUDELLA BARREJADA (PISTONS (S/OU), CIGRONS ECO, VERDURES)	CREMA DE PASTANAGA
POLLASTRE PLANXA AMB TOMÀQUET, ENCIAM AMB PASTANAGA	POLLASTRE AL FORN AMB PINYA, ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS INTEGRAL ECO FRICANDÓ DE VEDELLA I XAMPINYONS	PEIX FRESC ARREBOSSAT* AMB ENCIAM I PASTANAGA	LLENTIES ECO AMB ARRÒS
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	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 SOFREGIT DE TOMÀQUET)
POLLASTRE PLANXA AMB 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 SALS DE POMA, ENCIAM I PASTANAGA	BACALLÀ ARREBOSSAT* AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
LLENTIES ECO AMB VERDURES (CEBA, PORRO, PATATA, PASTANAGA I TOMÀQUET SOFREGIT)	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 BEIXAMEL I PATATA
POLLASTRE A LA PLANXA	SALMÓ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÒS AMB VERDURES I ESTOFAT DE GALL D'INDI	POLLASTRE A L'ALLET AMB PATATES FREGIDES	HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28 DIA DE LA PROTEÍNA VEGETAL
SOPA D'ARRÒS	MONGETES AMB PATATES	AMANIDA GREGA (BARREJA DE TOMÀQUET CHERRYS, OLIVES NEGRES I FORMATGE)	CIGRONS ECO ESTOFATS (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	CREMA DE VERDURES
LLUÇ AL FORN, ENCIAM AMB 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)	GALL D'INDI PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA	TALLARINES AMB SALS BOLONYESA VEGETAL(S/OU)
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
FRUITA DEL MES: POMA, PERA, 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