

| DILLUNS 3 | DIMARTS 4 | DIMECRES 5 | DIJOUS 6 | DIVENDRES 7 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL |
|--|--|--|--|--|
| PASTA AMB TOMÀQUET | BLEDES AMB PATATA | ENCIAM AMB OLIVES NEGRES I BLAT DE MORO | ESCUDELLA BARREJADA (PISTONS, CIGRONS ECO, VERDURES) | CREMA DE PASTANAGA |
| OUS AMB TOMÀQUET, ENCIAM AMB PASTANAGA | POLLASTRE AL FORN AMB PINYA, ENCIAM I BLAT DE MORO | ARRÒS INTEGRAL ECO FRICANDÓ DE VEDELLA (S/FS) AMB 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 | CREMA DE CARBASSÓ (CARBASSÓ, CEBA, PORRO, PATATA) | CIGRONS ECO ESTOFATS (PASTANAGA I SOFREÏT DE TOMÀQUET) |
| TRUITA DE PERNIL, ENCIAM MAB 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 SOFREÏT) | 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 CARBONARA | 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 | HAMBURGUESA DE VEDELLA (S/FS) AMB ENCIAM I OLIVES |
| FRUITA | FRUITA | IOGURT SOSTENIBLE | FRUITA | FRUITA |
| DILLUNS 24 | DIMARTS 25 | DIMECRES 26 | DIJOUS 27 | DIVENDRES 28 DIA DE LA PROTEÏNA 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) | TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA | TALLARINES AMB SALS BOLONYESA VEGETAL (S/FS) |
| FRUITA | FRUITA | IOGURT SOSTENIBLE | FRUITA | FRUITA |
| FRUITA DEL MES: POMA, PERA, PLÀTAN, TARONJA I MANDARINA | | | | |
| PA INTEGRAL | | | | |
| 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