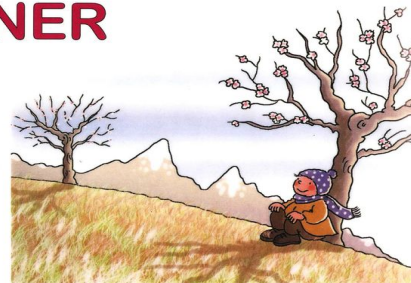


Menú Gener

<u>Dilluns</u>	<u>Dimarts</u>	<u>Dimecres</u>	<u>Dijous</u>	<u>Divendres</u>
9	10	11	12	13
Mongeta verda amb patata Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam Préssec en almívar	Cigrons ecològics estofats Truita de pernil curat amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita	Macarrons a la carbonara Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Arròs saltejat amb bolets Vegenuggets amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Llenties ecològiques guisades Peix blanc al forn amb all i julivert i amanida d'enciam i tomàquet Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Amanida tèbia de quinoa Gall dindi a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa de caldo amb pasta Llom de porc a la planxa amb verdura crua Fruita	Carxofes al forn Truita de patata amb verdura crua Iogurt	Tirabecs al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa d'arròs Pollastre a la planxa amb verdura crua Fruita
16	17	18	19	20
Espaguetis a la napolitana Peix blau al forn amb mesclum d'enciams Fruita	Coliflor amb beixamel Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Mongetes seques ecològiques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Sopa de peix amb pasta Llom de porc arrebossat amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita	Arròs tres delícies Pollastre a la planxa amb enciam i col llombarda amanits Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Crema de carbassó Truita de patata amb verdura crua Fruita	Torrades amb escalivada Amanida de llenties i tonyina Iogurt	Arròs saltejat amb verdures Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Patata i mongeta verda bullida Bistec de vedella amb verdura crua Fruita	Espàrrecs verds a la planxa Entrepà calent de pit de pollastre i formatge Fruita
23	24	25	26	27
Pèsols ofegats Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Arròs saltejat amb verdures Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives Iogurt	Crema de carbassa, patata, porro i pastanaga Pollastre amb ceba al forn Fruita	Espirals al pesto Peix blanc a la planxa amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Llenties ecològiques estofades Gall dindi amb suc Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Pasta amb salsa de tomàquet Peix blanc al forn amb verdura crua Fruita	Puré de patata casolà Conill a la planxa amb verdura crua Fruita	Cigrons amanits Truita a la francesa amb verdura crua Fruita	Patata i bròquil bullits Bistec de vedella a la planxa amb verdura crua Iogurt	Amanida de tomàquets cirerol Pizza quatre estacions Fruita
30	31			
Patates guisades Peix blanc amb llimona al forn Fruita	Sopa de brou amb pasta Pilota del caldo amb salsa de tomàquet Fruita			
I per sopar...	I per sopar...			
Arròs saltejat amb verdures Xai a la planxa amb verdura crua Fruita	Pèsols al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Làctic			

GENER



LES GELADES DE **GENER** FAN FLORIR L'AMETLLER

* Tots els àpats aniran acompanyats d'una ració de pa preferentment integral.

* La fruita variarà en funció de la temporada.

* Les verdures de temporada són: mongeta verda, bledes, col, albergínia, bròquil, endívia, carxofes, carbassó, col llombarda, coliflor, escarola, espinacs, enciam...

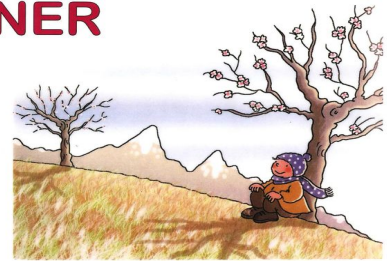
* Els peixos que es serveixen varien en funció de la disponibilitat al mercat. Poden ser: lluç, mero, caçó, cua de rap, bacallà, salmó, tonyina, bonítol...

Menú Gener Celiacs



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9 Mongeta verda amb patata Croquetes de pollastre (sense gluten) amb amanida d'enciam Préssec en almívar	10 Cigrons ecològics estofats Truita de pernil curat amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita	11 Macarrons a la carbonara (sense gluten) Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita	12 Arròs saltejat amb bolets Vegneggets (sense gluten) amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	13 Lenties ecològiques guisades Peix blanc al forn amb all i julivert i amanida d'enciam i tomàquet Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Amanida tèbia de quinoa Gall dindi a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa de caldo amb pasta (sense gluten) Llom de porc a la planxa amb verdura crua Fruita	Carxofes al forn Truita de patata amb verdura crua Iogurt	Tirabecs al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa d'arròs Pollastre a la planxa amb verdura crua Fruita
16 Espaguetis a la napolitana (sense gluten) Peix blau al forn amb mesclum d'enciams Fruita	17 Coliflor amb beixamel (sense gluten) Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i olives Fruita	18 Mongetes seques ecològiques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	19 Sopa de peix amb pasta (sense gluten) Llom de porc arrebossat (sense gluten) amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita	20 Arròs tres delícies Pollastre a la planxa amb enciam i col llombarda amanits Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Crema de carbassó Truita de patata amb verdura crua Fruita	Torrades (sense gluten) amb escalivada Amanida de llenties i tonyina Iogurt	Arròs saltejat amb verdures Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Patata i mongeta verda bullida Bistec de vedella amb verdura crua Fruita	Espàrrecs verds a la planxa Entrepà (sense gluten) calent de pit de pollastre i formatge Fruita
23 Pèsols ofegats Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet amanits Fruita	24 Arròs saltejat amb verdures Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives Iogurt	25 Crema de carbassa, patata, porro i pastanaga Pollastre amb ceba al forn Fruita	26 Espirals al pesto (sense gluten) Peix blanc a la planxa amb enciam i tomàquet amanits Fruita	27 Llenties ecològiques estofades Gall dindi amb suc Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Pasta amb salsa de tomàquet (sense gluten) Peix blanc al forn amb verdura crua Fruita	Puré de patata casolà Conill a la planxa amb verdura crua Fruita	Cigrons amanits Truita a la francesa amb verdura crua Fruita	Patata i bròquil bullits Bistec de vedella a la planxa amb verdura crua Iogurt	Amanida de tomàquets cirerol Pizza quatre estacions (sense gluten) Fruita
30 Patates guisades Peix blanc amb llimona al forn Fruita	31 Sopa de brou amb pasta (sense gluten) Pilota del caldo (sense gluten) amb salsa de tomàquet Fruita			
I per sopar...	I per sopar...			
Arròs saltejat amb verdures Xai a la planxa amb verdura crua Fruita	Pèsols al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Làctic			

GENER



LES GELADES DE GENER FAN FLORIR L'AMETLLER

* Tots els àpats aniran acompanyats d'una ració de pa sense gluten.

* La fruita variarà en funció de la temporada.

* Les verdures de temporada són: mongeta verda, bledes, col, albergínia, bròquil, endívia, carxofes, carbassó, col llombarda, coliflor, escarola, espinacs, enciam...

* Els peixos que es serveixen varien en funció de la disponibilitat al mercat. Poden ser: lluç, mero, caçó, cua de rap, salmó, tonyina, bonítol...

Menú Gener NO Lactosa



Dilluns

Dimarts

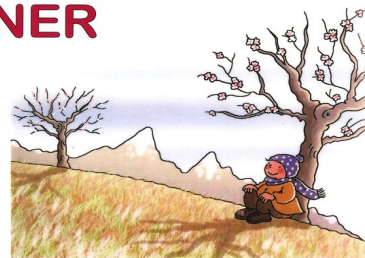
Dimecres

Dijous

Divendres

9	10	11	12	13
Mongeta verda amb patata Croquetes de pollastre (sense lactosa) amb amanida d'enciam Préssec en almívar	Cigrons ecològics estofats Truita de pernil curat amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita	Macarrons a la carbonara (sense lactosa) Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Arròs saltejat amb bolets Veguuggets (sense lactosa) amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt de soja	Llenties ecològiques guisades Peix blanc al forn amb all i julivert i amanida d'enciam i tomàquet Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Amanida tèbia de quinoa Gall dindi a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa de caldo amb pasta Llom de porc a la planxa amb verdura crua Fruita	Carxofes al forn Truita de patata amb verdura crua Làctic sense lactosa	Tirabecs al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa d'arròs Pollastre a la planxa amb verdura crua Fruita
16	17	18	19	20
Espaguetis a la napolitana Peix blau al forn amb mesclum d'enciams Fruita	Coliflor amb beixamel (sense lactosa) Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Mongetes seques ecològiques guisades Truita de formatge (sense lactosa) i amanida d'enciam i pastanaga Iogurt de soja	Sopa de peix amb pasta Llom de porc arrebossat amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita	Arròs tres delícies Pollastre a la planxa amb enciam i col llombarda amanits Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Crema de carbassó (sense lactosa) Truita de patata amb verdura crua Fruita	Torrades amb escalivada Amanida de llenties i tonyina Làctic sense lactosa	Arròs saltejat amb verdures Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Patata i mongeta verda bullida Bistec de vedella amb verdura crua Fruita	Espàrrecs verds a la planxa Entrepà calent de pit de pollastre i formatge (sense lactosa) Fruita
23	24	25	26	27
Pèsols ofegats Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Arròs saltejat amb verdures Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives Iogurt de soja	Crema de carbassa, patata, porro i pastanaga Pollastre amb ceba al forn Fruita	Espirals al pesto (sense lactosa) Peix blanc a la planxa amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Llenties ecològiques estofades Gall dindi amb suc Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Pasta amb salsa de tomàquet Peix blanc al forn amb verdura crua Fruita	Puré de patata casolà (sense lactosa) Conill a la planxa amb verdura crua Fruita	Cigrons amanits Truita a la francesa amb verdura crua Fruita	Patata i bròquil bullits Bistec de vedella a la planxa amb verdura crua Làctic sense lactosa	Amanida de tomàquets cirerol Pizza quatre estacions (sense lactosa) Fruita
30	31			
Patates guisades Peix blanc amb llimona al forn Fruita	Sopa de brou amb pasta Pilota del caldo amb salsa de tomàquet Fruita			
I per sopar...	I per sopar...			
Arròs saltejat amb verdures Xai a la planxa amb verdura crua Fruita	Pèsols al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Làctic sense lactosa			

GENER



LES GELADES DE GENER FAN FLORIR L'AMETLLER

* Tots els àpats aniran acompanyats d'una ració de pa preferentment integral.

* La fruita variarà en funció de la temporada.

* Les verdures de temporada són: mongeta verda, bledes, col, albergínia, bròquil, endívia, carxofes, carbassó, col llombarda, coliflor, escarola, espinacs, enciam...

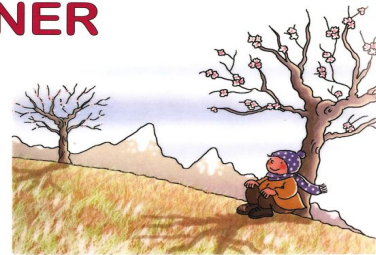
* Els peixos que es serveixen varien en funció de la disponibilitat al mercat. Poden ser: lluç, mero, caçó, cua de rap, salmó, tonyina, bonítol...

Menú Gener NO Ou



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9	10	11	12	13
Mongeta verda amb patata Croquetes de pollastre (sense ou) amb amanida d'enciam Préssec en almívar	Cigrons ecològics estofats Peix blanc a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita	Macarrons a la carbonara (sense ou) Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Arròs saltejat amb bolets Veguggets amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Llenties ecològiques guisades Peix blanc al forn amb all i julivert i amanida d'enciam i tomàquet Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Amanida tèbia de quinoa Gall dindi a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa de caldo amb pasta (sense ou) Llom de porc a la planxa amb verdura crua Fruita	Carxofes al forn Conill amb patates al forn i verdura crua Iogurt	Tirabecs al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa d'arròs Pollastre a la planxa amb verdura crua Fruita
16	17	18	19	20
Espaguetis (sense ou) a la napolitana Peix blau al forn amb mesclum d'enciams Fruita	Coliflor amb beixamel Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Mongetes seques ecològiques guisades Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Sopa de peix amb pasta (sense ou) Llom de porc arrebossat (sense ou) amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita	Arròs tres delícies (sense ou) Pollastre a la planxa amb enciam i col llombarda amanits Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Crema de carbassó Peix blanc al forn amb patates i verdura crua Fruita	Torrades amb escalivada Amanida de llenties i tonyina Iogurt	Arròs saltejat amb verdures Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Patata i mongeta verda bullida Bistec de vedella amb verdura crua Fruita	Espàrrecs verds a la planxa Entrepà calent de pit de pollastre i formatge Fruita
23	24	25	26	27
Pèsols ofegats Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Arròs saltejat amb verdures Peix blanc a la planxa amb amanida d'enciam i olives Iogurt	Crema de carbassa, patata, porro i pastanaga Pollastre amb ceba al forn Fruita	Espirals al pesto (sense ou) Peix blanc a la planxa amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Llenties ecològiques estofades Gall dindi amb suc Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Pasta (sense ou) amb salsa de tomàquet Peix blanc al forn amb verdura crua Fruita	Puré de patata casolà Conill a la planxa amb verdura crua Fruita	Cigrons amanits Llom de porc a la planxa amb verdura crua Fruita	Patata i bròquil bullits Bistec de vedella a la planxa amb verdura crua Iogurt	Amanida de tomàquets cirerol Pizza quatre estacions Fruita
30	31			
Patates guisades Peix blanc amb llimona al forn Fruita	Sopa de brou amb pasta (sense ou) Pilota del caldo amb salsa de tomàquet Fruita			
I per sopar...	I per sopar...			
Arròs saltejat amb verdures Xai a la planxa amb verdura crua Fruita	Pèsols al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Làctic			

GENER



LES GELADES DE GENER FAN FLORIR L'AMETLLER

* Tots els àpats aniran acompanyats d'una ració de pa preferentment integral.

* La fruita variarà en funció de la temporada.

* Les verdures de temporada són: mongeta verda, bledes, col, albergínia, bròquil, endívia, carxofes, carbassó, col llombarda, coliflor, escarola, espinacs, enciam...

* Els peixos que es serveixen varien en funció de la disponibilitat al mercat. Poden ser: lluç, mero, caçó, cua de rap, salmó, tonyina, bonítol...

Menú Gener NO Peix



Dilluns

Dimarts

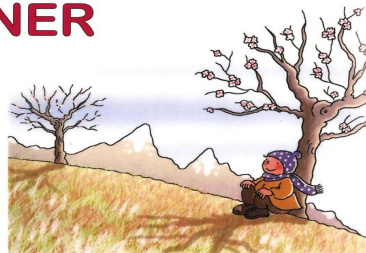
Dimecres

Dijous

Divendres

9	10	11	12	13
Mongeta verda amb patata Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam Préssec en almívar	Cigrons ecològics estofats Truita de pernil curat amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita	Macarrons a la carbonara Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Arròs saltejat amb bolets Vegenugets amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Llenties ecològiques guisades Gall dindi a la planxa amb all i julivert i amanida d'enciam i tomàquet Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Amanida tèbia de quinoa Gall dindi a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa de caldo amb pasta Llom de porc a la planxa amb verdura crua Fruita	Carxofes al forn Truita de patata amb verdura crua Iogurt	Tirabecs al vapor Conill a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa d'arròs Pollastre a la planxa amb verdura crua Fruita
16	17	18	19	20
Espaguetis a la napolitana Pollastre al forn amb mesclum d'enciams Fruita	Coliflor amb beixamel Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Mongetes seques ecològiques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Sopa de brou amb pasta Llom de porc arrebossat amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita	Arròs tres delícies Pollastre a la planxa amb enciam i col llombarda amanits Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Crema de carbassó Truita de patata amb verdura crua Fruita	Torrades amb escalivada Amanida de llenties Iogurt	Arròs saltejat amb verdures Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Patata i mongeta verda bullida Bistec de vedella amb verdura crua Fruita	Espàrrecs verds a la planxa Entrepà calent de pit de pollastre i formatge Fruita
23	24	25	26	27
Pèsols ofegats Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Arròs saltejat amb verdures Truita de formatge amb amanida d'enciam i olives Iogurt	Crema de carbassa, patata, porro i pastanaga Pollastre amb ceba al forn Fruita	Espirals al pesto Llom de porc a la planxa amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Llenties ecològiques estofades Gall dindi amb suc Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Pasta amb salsa de tomàquet Xai al forn amb verdura crua Fruita	Puré de patata casolà Conill a la planxa amb verdura crua Fruita	Cigrons amanits Truita a la francesa amb verdura crua Fruita	Patata i bròquil bullits Bistec de vedella a la planxa amb verdura crua Iogurt	Amanida de tomàquets cirerol Pizza quatre estacions Fruita
30	31			
Patates guisades Pollastre amb llimona al forn Fruita	Sopa de brou amb pasta Pilota del caldo amb salsa de tomàquet Fruita			
I per sopar...	I per sopar...			
Arròs saltejat amb verdures Xai a la planxa amb verdura crua Fruita	Pèsols al vapor Truita a la francesa amb verdura crua Làctic			

GENER



LES GELADES DE GENER FAN FLORIR L'AMETLLER

* Tots els àpats aniran acompanyats d'una ració de pa preferentment integral.

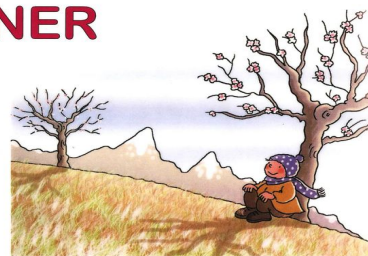
* La fruita variarà en funció de la temporada.

* Les verdures de temporada són: mongeta verda, bledes, col, albergínia, bròquil, endívia, carxofes, carbassó, col llombarda, coliflor, escarola, espinacs, enciam...

Menú Gener No Sorbitol

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9	10	11	12	13
Mongeta verda amb patata Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam Pinya en almívar	Cigrons ecològics estofats Truita de pernil curat amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita	Macarrons a la carbonara Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Arròs saltejat amb bolets Vegenugets amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Lenties ecològiques guisades Peix blanc al forn amb all i julivert i amanida d'enciam i tomàquet Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Amanida tèbia de quinoa Gall dindi a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa de caldo amb pasta Llom de porc a la planxa amb verdura crua Fruita	Carxofes al forn Truita de patata amb verdura crua Iogurt	Tirabecs al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa d'arròs Pollastre a la planxa amb verdura crua Fruita
16	17	18	19	20
Espaguetis a la napolitana Peix blau al forn amb mesclum d'enciams Fruita	Coliflor amb beixamel Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Mongetes seques ecològiques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Sopa de peix amb pasta Llom de porc arrebossat amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita	Arròs tres delícies Pollastre a la planxa amb enciam i col llombarda amanits Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Crema de carbassó Truita de patata amb verdura crua Fruita	Torrades amb escalivada Amanida de llenties i tonyina Iogurt	Arròs saltejat amb verdures Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Patata i mongeta verda bullida Bistec de vedella amb verdura crua Fruita	Espàrrecs verds a la planxa Entrepà calent de pit de pollastre i formatge Fruita
23	24	25	26	27
Pèsols ofegats Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Arròs saltejat amb verdures Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives Iogurt	Crema de carbassa, patata, porro i pastanaga Pollastre amb ceba al forn Fruita	Espirals al pesto Peix blanc a la planxa amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Lenties ecològiques estofades Gall dindi amb suc Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Pasta amb salsa de tomàquet Peix blanc al forn amb verdura crua Fruita	Purè de patata casolà Conill a la planxa amb verdura crua Fruita	Cigrons amanits Truita a la francesa amb verdura crua Fruita	Patata i bròquil bullits Bistec de vedella a la planxa amb verdura crua Iogurt	Amanida de tomàquets cirerol Pizza quatre estacions Fruita
30	31			
Patates guisades Peix blanc amb llimona al forn Fruita	Sopa de brou amb pasta Pilota del caldo amb salsa de tomàquet Fruita			
I per sopar...	I per sopar...			
Arròs saltejat amb verdures Xai a la planxa amb verdura crua Fruita	Pèsols al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Làctic			

GENER



LES GELADES DE GENER FAN FLORIR L'AMETLLER

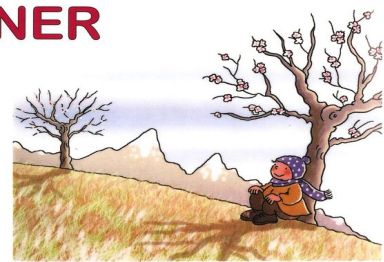
- * Tots els àpats aniran acompanyats d'una ració de pa preferentment integral.
- * La fruita variarà en funció de la temporada. **No se serviran fruites amb sorbitol com poma, pera, pruna, raïm, préssec, cireres, albercocs...**
- * **Les salses de tomàquet servides són fetes a partir de tomàquet natural i per tant, no contenen sorbitol**
- * Les verdures de temporada són: mongeta verda, bledes, col, albergínia, bròquil, endívia, carxofes, carbassó, col llombarda, coliflor, escarola, espinacs, enciam...
- * Els peixos que es serveixen varien en funció de la disponibilitat al mercat. Poden ser: lluç, mero, caçó, cua de rap, salmó, tonyina, bonítol...
- * **Els iogurts que es serveixen no contenen sorbitol**
- * **Cap dels plats conté fruits secs**

Menú Gener



<u>Dilluns</u>	<u>Dimarts</u>	<u>Dimecres</u>	<u>Dijous</u>	<u>Divendres</u>
9	10	11	12	13
Mongeta verda amb patata Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam Préssec en almívar	Cigrons ecològics estofats Truita de gall dindi amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita	Macarrons a la carbonara (sense porc) Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Arròs saltejat amb bolets Vegenugets amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Llenties ecològiques guisades Peix blanc al forn amb all i julivert i amanida d'enciam i tomàquet Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Amanida tèbia de quinoa Gall dindi a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa de caldo (sense porc) amb pasta Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Carxofes al forn Truita de patata amb verdura crua Iogurt	Tirabecs al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Sopa d'arròs Pollastre a la planxa amb verdura crua Fruita
16	17	18	19	20
Espaguetis a la napolitana Peix blau al forn amb mesclum d'enciams Fruita	Coliflor amb beixamel Hamburguesa de vedella amb amanida de tomàquet i olives Fruita	Mongetes seques ecològiques guisades Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga Iogurt	Sopa de peix amb pasta Gall dindi arrebossat amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita	Arròs tres delícies (sense porc) Pollastre a la planxa amb enciam i col llombarda amanits Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Crema de carbassó Truita de patata amb verdura crua Fruita	Torrades amb escalivada Amanida de llenties i tonyina Iogurt	Arròs saltejat amb verdures Peix blanc a la planxa amb verdura crua Fruita	Patata i mongeta verda bullida Bistec de vedella amb verdura crua Fruita	Espàrrecs verds a la planxa Entrepà calent de pit de pollastre i formatge Fruita
23	24	25	26	27
Pèsols ofegats Salsitxes de pollastre amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Arròs saltejat amb verdures Truita de tonyina amb amanida d'enciam i olives Iogurt	Crema de carbassa, patata, porro i pastanaga Pollastre amb ceba al forn Fruita	Espirals al pesto Peix blanc a la planxa amb enciam i tomàquet amanits Fruita	Llenties ecològiques estofades Gall dindi amb suc Fruita
I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...	I per sopar...
Pasta amb salsa de tomàquet Peix blanc al forn amb verdura crua Fruita	Puré de patata casolà Conill a la planxa amb verdura crua Fruita	Cigrons amanits Truita a la francesa amb verdura crua Fruita	Patata i bròquil bullits Bistec de vedella a la planxa amb verdura crua Iogurt	Amanida de tomàquets cirerol Pizza quatre estacions Fruita
30	31			
Patates guisades Peix blanc amb llimona al forn Fruita	Sopa de brou amb pasta (sense porc) Pollastre a la planxa amb salsa de tomàquet Fruita			
I per sopar...	I per sopar...			
Arròs saltejat amb verdures Xai a la planxa amb verdura crua Fruita	Pèsols al vapor Peix blanc a la planxa amb verdura crua Làctic			

GENER



LES GELADES DE GENER FAN FLORIR L'AMETLLER

* Tots els àpats aniran acompanyats d'una ració de pa preferentment integral.

* La fruita variarà en funció de la temporada.

* Les verdures de temporada són: mongeta verda, bledes, col, albergínia, bròquil, endívia, carxofes, carbassó, col llombarda, coliflor, escarola, espinacs, enciam...

* Els peixos que es serveixen varien en funció de la disponibilitat al mercat. Poden ser: lluç, mero, caçó, cua de rap, bacallà, salmó, tonyina, bonítol...