

## Menú Novembre

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres



NOVEMBRE ENLLÀ  
AGAFA LA MANTA  
I NO LA DEIXIS ANAR.

|                                                                                                                                                     |                                                                                                  |                                                                                                  |                                                                                                 |                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>NOVEMBRE ENLLÀ<br/>AGAFA LA MANTA<br/>I NO LA DEIXIS ANAR.</p> |                                                                                                  | 2                                                                                                | 3                                                                                               | 4                                                                                             |
| Mongeta verda amb salsa de tomàquet<br>Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam i olives<br>Iogurt                                               |                                                                                                  | Llenties ecològiques estofades<br>Peix blanc al forn<br>Fruita                                   | Arròs tres delícies<br>Gall dindi a l'allet<br>Fruita                                           |                                                                                               |
| I per sopar...                                                                                                                                      |                                                                                                  | I per sopar...                                                                                   | I per sopar...                                                                                  |                                                                                               |
| Sopa de caldo amb pasta<br>Torrada de pa amb escalivada i tonyina<br>Fruita                                                                         |                                                                                                  | Crema de verdures de temporada<br>Truita a la francesa amb verdura crua                          | Amanida de tomàquets cirerol<br>Pizza quatre estacions<br>Fruita                                |                                                                                               |
| 7                                                                                                                                                   | 8                                                                                                | 9                                                                                                | 10                                                                                              | 11                                                                                            |
| Crema de carbassó<br>Truita de patata amb enciam i tomàquet amanits<br>Iogurt                                                                       | Sopa de brou amb pasta<br>Carn magra de porc a la jardineria (amb pèsols)<br>Fruita              | Arròs saltejat amb xampinyons<br>Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga amanits<br>Fruita | Espaguetis amb salsa vermella (remolatxa)<br>Pollastre al forn amb herbes aromàtiques<br>Fruita | Mongetes seques ecològiques estofades<br>Peix blau escabetchat<br>Fruita                      |
| I per sopar...                                                                                                                                      | I per sopar...                                                                                   | I per sopar...                                                                                   | I per sopar...                                                                                  | I per sopar...                                                                                |
| Bròcoli al vapor<br>Quinoa saltejada amb pollastre<br>Fruita                                                                                        | Cigrons amanits<br>Peix blanc al forn amb verdura crua<br>Làctic                                 | Verdures de temporada al forn<br>Xai a la planxa amb puré de patata                              | Sopa d'arròs<br>Salsitxes de porc amb verdura crua<br>Fruita                                    | Espàrrecs verds a la planxa<br>Entrepà calent de truita a la francesa i formatge<br>Fruita    |
| 14                                                                                                                                                  | 15                                                                                               | 16                                                                                               | 17                                                                                              | 18                                                                                            |
| Arròs amb salsa de tomàquet<br>Peix blanc al forn amb llimona<br>Amanida d'enciam i col llombarda<br>Fruita                                         | Menestra de verdura amb patata<br>Mandonguilles amb suc<br>Fruita                                | Cigrons ecològics guisats<br>Truita a la francesa amb enciam i olives<br>Iogurt                  | Sopa de peix amb arròs<br>Vegenugets amb amanida d'enciam i tomàquet<br>Fruita                  | Macarrons a la napolitana<br>Pollastre a la planxa amb pastanaga i cogombre amanits<br>Fruita |
| I per sopar...                                                                                                                                      | I per sopar...                                                                                   | I per sopar...                                                                                   | I per sopar...                                                                                  | I per sopar...                                                                                |
| Patata i mongeta verda bullida<br>Conill a la planxa amb verdura crua<br>Fruita                                                                     | Pasta saltejada amb xampinyons i pollastre<br>Fruita                                             | Crema de verdures de temporada<br>Peix blanc a la planxa amb verdura crua<br>Fruita              | Tirabecs al vapor<br>Bistec de vedella a la planxa amb verdura crua<br>Làctic                   | Amanida verda variada<br>Croquetes de peix<br>Fruita                                          |
| 21                                                                                                                                                  | 22                                                                                               | 23                                                                                               | 24                                                                                              | 25                                                                                            |
| Llenties ecològiques a la riojana<br>Truita a la francesa amb amanida d'enciam i olives<br>Iogurt                                                   | Crema de carbassa i pastanaga<br>Llom de porc arrebossat amb enciam i tomàquet amanits<br>Fruita | Espirals al pesto<br>Peix blanc a la planxa amb enciam i cogombre amanits<br>Fruita              | Arròs a la milanesa<br>Salsitxes de pollastre amb enciam i pastanaga amanits<br>Fruita          | Patata i mongeta verda bullida<br>Vedella amb suc<br>Fruita                                   |
| I per sopar...                                                                                                                                      | I per sopar...                                                                                   | I per sopar...                                                                                   | I per sopar...                                                                                  | I per sopar...                                                                                |
| Sopa de brou amb pasta<br>Peix blanc a la planxa amb verdura crua<br>Fruita                                                                         | Verdures de temporada al forn<br>Pollastre a la planxa amb verdura crua                          | Pèsols bullits<br>Truita de patata i ceba amb verdura crua<br>Làctic                             | Espàrrecs verds a la planxa<br>Peix blanc al forn amb patates<br>Fruita                         | Amanida de tomàquets cirerol<br>Pizza de pernil dolç i formatge                               |
| 28                                                                                                                                                  | 29                                                                                               | 30                                                                                               |            |                                                                                               |
| Pasta a la carbonara<br>Peix blanc a la papillota<br>Fruita                                                                                         | Arròs saltejat amb verdures<br>Botifarra amb amanida d'enciam i tomàquet<br>Fruita               | FESTIU                                                                                           |                                                                                                 |                                                                                               |
| I per sopar...                                                                                                                                      | I per sopar...                                                                                   | I per sopar...                                                                                   |                                                                                                 |                                                                                               |
| Patata i mongeta verda bullida<br>Conill al forn amb verdura crua<br>Làctic                                                                         | Llenties amanides<br>Gall dindi a la planxa amb verdura crua<br>Fruita                           | FESTIU                                                                                           |                                                                                                 |                                                                                               |



\* 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, bràquil, cogombre, ceba, endívia, carbassa, espinacs, naps, pebrots, porro, remolatxa...

\* 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...