

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

01

Espaguetis ecològics d'espelta amb tomàquet
Truita de xampinyons amb enciam, tomàquet
i blat de moro
Fruita fresca/Pa

02

Espinacs amb patates bullits
Filet de lluç a la planxa amb minestra de
verdures al vapor
Fruita fresca/Pa integral

03

Paella de verdures
Pit de pollastre al forn amb enciam i olives
Fruita fresca/Pa

04

Mongetes blanques amb cous cous
Hamburguesa vegetal amb samfaina
Fruita fresca/Pa

05

Sopa de peix amb arròs integral
Llom al forn amb enciam iceberg
logurt desnatat natural/Pa

08

Llenties amb quinoa
Gall dindi a la planxa amb amanida d'enciam
Fruita fresca/Pa

09

Arròs saltejat amb xampinyons
Truita francesa amb enciam i blat de moro
Fruita fresca/Pa integral

10

Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet
natural i ceba
Salmó a la planxa amb enciam, pastanaga i
olives
logurt desnatat natural/Pa

11

Crema de pastanaga
Vedella al forn amb carbassó a la planxa
Fruita fresca/Pa integral

12

Sopa d'au amb pasta
Filet de pollastre al forn amb amanida
d'enciam i tomàquet
Fruita fresca/Pa

15

**DIA DE LLIURE
DISPOSICIÓ**

16

Sopa d'au amb pistons
Pollastre rostit amb patata, tomàquet i ceba
logurt desnatat natural/Pa integral

17

Arròs integral amb verdures
Truita francesa amb enciam, pastanaga i blat
de moro
Fruita fresca/Pa

18

Cigrons amb espinacs i mill
Vedella amb minestra bullida
Fruita fresca/Pa integral

19

Macarrons integrals amb salsa de tomàquet
Bacallà al forn amb enciam, olives i remolatxa
Fruita fresca/Pa

22

Sopa de peix amb arròs
Truita francesa amb enciam, pastanaga i blat
de moro
Fruita fresca/Pa

23

Mongetes blanques amb verdures
Hamburguesa vegetal a la planxa amb
amanida de tomàquet
Fruita fresca/Pa integral

24

Llaços amb tomàquet
Filet de pollastre al forn amb enciam i olives
Fruita fresca/Pa

25

Espinacs saltejats
Filet de lluç a la planxa amb patata panadera
al forn
logurt desnatat natural/Pa integral

26

Arròs integral amb salsa de tomàquet
Llom a la planxa amb enciam i blat de moro
Fruita fresca/Pa