

Dilluns

8 Cigrons estofats amb verdures
Bacallà a l'all
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

15 Llenties de l'Àvia
Cues de rap amb picada d'all i julivert
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

22 Arròs a la camperola
Bacallà amb samfaina
Fruita variada i Pa

29 Crema de hortalisses amb crostons
Lluç amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

Dimarts

9 Bullit de coliflor patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb truita
Fruita variada i Pa

16 Crema de pastanaga amb crostons
Lluç amb picada d'all i julivert
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

23 Pèsols amb ceba
Espaguetis amb tomàquet i formatge
Fruita variada i Pa

30 Farfalle amb salsa de verdures
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada i Pa

Dimecres

10 Crema de carbassa amb crostons
Pizza de tonyina
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

17 Patates emmascarades sense carn
Bacallà a l'all
Amanida d'enciam i tomàquet
Crema Catalana i Pa

24 Sopa vegetal amb pasta de pistons
Lluç amb arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

31 Crema de pèsols i pastanaga amb crostons
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

DÍA ESPECIAL

Dijous

11 Sopa de l'Àvia vegetal
Cues de rap a la marinera
Ensaladilla de verdures
Fruita variada i Pa

18 Macarrons vegetals al pesto rosso
Crema de llegum i carbassa amb crostons
Fruita variada i Pa

25 Llenties estofades amb daus de patata i pastanaga
Cues de rap amb picada d'all i julivert
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

Divendres

12 Mongeta verda amb patata
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt i Pa

19 Ensaladilla de verdures al vapor
Truita de tonyina
Amanida d'enciam i olives
logurt i Pa

26 Estofat de patates amb daus de verduretes
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Esther Gamero Marín CAT000928

CALENDARI DE PRODUCTES DE TEMPORADA: <http://agricultura.gencat.cat/web/.content/04-alimentacio/cadena-alimentaria/codi-bones-practiques-comercials/documents/fitxers-binari/calendari-productes-temporada.pdf>

Dilluns

8 Cigrons estofats amb verdures
Roti de gall d'indi amb salsa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada

15 Llenties de l'Àvia
Pollastre al forn amb una crosta de mel
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada

22 Arròs a la camperola
Bacallà amb samfaina

Fruita variada

29 Crema de hortalisses amb crostons
Lluç amb salsa de verdures
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada

Dimarts

9 Bullit de coliflor patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb pernil

Fruita variada

16 Crema de pastanaga amb crostons
Lluç amb picada d'all i julivert
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada

23 Pèsols amb ceba
Pasta s/gluten s/ou amb tomàquet i formatge

Fruita variada

30 Pasta s/gluten s/ou amb salsa de verdures
Llenties estofades amb verdures

Fruita variada

Dimecres

10 Crema de carbassa amb crostons
Pizza de tonyina
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada

17 Patates emmascarades
Salsitxes de pollastre amb ceba
Amanida d'enciam i tomàquet
Natilles

24 Sopa de brou amb pasta s/gluten s/ou
Pollastre arrebossat

Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada

31 Crema de pèsols i pastanaga amb crostons
Arròs a la cassola amb gall d'indi

Fruita variada

DÍA ESPECIAL

Dijous

11 Sopa de l'Àvia amb pasta s/gluten s/ou
Cues de rap a la marinera
Ensaladilla de verdures
Fruita variada

18 Pasta s/gluten s/ou al pesto rosso
Crema de llegum i carbassa amb crostons

Fruita variada

25 Llenties estofades amb daus de patata i pastanaga
Botifarra

Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada

Divendres

12 Mongeta verda amb patata
Bacallà a l'all
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt

19 Ensaladilla de verdures al vapor
Pit de pollastre a la planxa
Amanida d'enciam i olives
logurt

26 Estofat de patates amb daus de verduretes
Pit de gall d'indi a la planxa

Amanida d'enciam i tomàquet
logurt



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Esther Gamero Marín CAT000928

CALENDARI DE PRODUCTES DE TEMPORADA: <http://agricultura.gencat.cat/web/.content/04-alimentacio/cadena-alimentaria/codi-bones-practiques-comercials/documents/fitxers-binari/calendari-productes-temporada.pdf>

Dilluns

8 Cigrons estofats amb verdures
Roti de gall d'indi amb salsa
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

15 Llenties de l'Àvia
Pollastre al forn amb una crosta de mel
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

22 Arròs a la camperola
Llom a la planxa
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

29 Crema de hortalisses amb crostons
Vedella a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

Dimarts

9 Bullit de coliflor patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb truita i pernil
Fruita variada i Pa

16 Crema de pastanaga amb crostons
Pit de gall d'indi a la planxa
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

23 Pèsols amb ceba
Espaguetis amb tomaquet i formatge
Fruita variada i Pa

30 Farfalle amb salsa de verdures
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada i Pa

Dimecres

10 Crema de carbassa amb crostons
Pizza de pernil dolç i formatge
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

17 Patates emmascarades
Salsitxes de pollastre amb ceba
Amanida d'enciam i tomàquet
Crema Catalana i Pa

24 Sopa de brou amb pasta de pistons
Pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

31 Crema de pèsols i pastanaga amb crostons
Arròs a la cassola amb gall d'indi
Fruita variada i Pa

DÍA ESPECIAL

Dijous

11 Sopa de l'Àvia
Pit de gall d'indi a la planxa
Ensaladilla de verdures
Fruita variada i Pa

18 Macarrons vegetals al pesto rosso
Crema de llegum i carbassa amb crostons
Fruita variada i Pa

25 Llenties estofades amb daus de patata i pastanaga
Botifarra
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

Divendres

12 Mongeta verda amb patata
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt i Pa

19 Ensaladilla de verdures al vapor
Truita francesa
Amanida d'enciam i olives
logurt i Pa

26 Estofat de patates amb daus de verduretes
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa



FRUITA VARIADA i de TEMPORADA

MENÚ ELABORAT PER NUTRICIONISTA COL·LEGIADA: Esther Gamero Marín CAT000928

CALENDARI DE PRODUCTES DE TEMPORADA: <http://agricultura.gencat.cat/web/.content/04-alimentacio/cadena-alimentaria/codi-bones-practiques-comercials/documents/fitxers-binari/calendari-productes-temporada.pdf>

Dilluns

8 Cigrons estofats amb verdures
Gall d'indi a trossets
Amanida d'enciam i olives
Fruita variada i Pa

15 Llenties de l'Àvia
Pollastre a trossets
Amanida d'enciam i tomàquet
Fruita variada i Pa

22 Arròs a la camperola
Bacallà a la planxa
Fruita variada i Pa

29 Crema de carbassa
Lluç a la planxa
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

Dimarts

9 Bullit de coliflor patata i pastanaga
Arròs 3 delícies casolà amb truita i pernil
Fruita variada i Pa

16 Crema de pastanaga amb crostons
Lluç a la planxa
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

23 Pèsols amb ceba
Espaguetis
Fruita variada i Pa

30 Llaçets saltats
Llenties estofades amb verdures
Fruita variada i Pa

Dimecres

10 Crema de carbassa amb crostons
Pizza de tonyina
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

17 Patates emmascarades
Salsitxes de pollastre amb ceba
Amanida d'enciam i tomàquet
Crema Catalana i Pa

24 Sopa de brou amb pasta de pistons
Pollastre arrebossat
Amanida d'enciam i pastanaga
Fruita variada i Pa

31 Crema de pastanaga
Gall d'indi a trossets
Fruita variada i Pa

DIA ESPECIAL

Dijous

11 Sopa de l'Àvia
Cues de rap a la planxa
Ensaladilla de verdures
Fruita variada i Pa

18 Macarrons
Crema de llegum i carbassa amb crostons
Fruita variada i Pa

25 Llenties estofades amb daus de patata i pastanaga
Salsitxes de pollastre
Amanida d'enciam i blat de moro
Fruita variada i Pa

Divendres

12 Mongeta verda amb patata
Truita francesa
Amanida d'enciam i pastanaga
logurt i Pa

19 Ensaladilla de verdures al vapor
Truita francesa
Amanida d'enciam i olives
logurt i Pa

26 Estofat de patates amb daus de verduretes
Truita francesa
Amanida d'enciam i tomàquet
logurt i Pa