



SETEMBRE

L'amanida variada estarà elaborada amb diferents varietats d'enciams i de tomàquets: escarola, enciam llarg, fulla roure, trocadero; tomàquet cor de bou, tomàquet vermell, kumato, Benach Productes de proximitat directes de pagès.

Els dies assenyalats amb un **asterisc (*)** el menú està elaborat o conté carn de porc.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9.* Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, cogombre i blat de moro Macarrons integrals bolonyesa <i>Pasta s/gluten, s/ou</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, gluten</i>	10. Patata amb allioli <i>Allioli sense ou</i> Contra cuixa de pollastre a la planxa i amanida variada <i>Làctic/fruita del temps</i> <i>Alteracions: ou, lactosa</i>	11. EL SETEMBRE COMENÇA L'ESCOLA I LA XERINOLA.	12.* Arròs tres delícies <i>Sense peix, sense ou</i> Lluç al forn amb ceba i porro <i>Carn planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, peix, lactosa</i>	13.* Fesols amb olivada kalamata <i>Arròs blanc</i> Botifarra amb samfaina i amanida variada Fruita del temps. <i>Alteracions: Llegums</i>
Sopar: Verdures i ou	Sopar: Cereal integral, verdura i peix blau		Sopar: Arròs integral, verdura i ou	Sopar: Pasta integral i verdura
16. Amanida de pasta amb cranc, olives negres, blat i formatge fresc <i>Pasta s/gluten, s/ou, s/formatge, s/cranc</i> Croqueta de mill i amanida variada <i>Carn/peix planxa</i> Fruita del temps <i>Alt: ou, peix, lactosa, gluten</i>	17. Coliflor i cigrons gratinat amb formatge <i>S/formatge, s/ cigrons</i> Pernilets de pollastre amb poma al forn <i>Làctic/fruita del temps</i> <i>Alteracions: lactosa, llegums</i>	18. Arròs milanesa amb gambes <i>Arròs amb tomàquet</i> Truita d'albergínia escalivada i amanida variada <i>Truita s/ou o truita francesa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, peix, albergínia</i>	19. Llenties amb cogombre, blat de moro i oli de sèsam <i>Sense oli de sèsam. Arròs amb blat, cogombre i oli de sèsam</i> Tonyina confitada amb ceba i soja <i>Carn/peix planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: Llegums, peix, sèsam, soja</i>	20. Gaspaxo (opcional) Parmentier de patata Hamburguesa de conill amb ceba confitada Fruita del temps <i>Alteracions:</i>
Sopar: Arròs integral, verdura i peix blau	Sopar: Pasta integral i verdura	Sopar: Verdura i carn blanca	Sopar: Llegum i verdura	Sopar: Verdura, patata i ou
23. Espirals integrals amb pesto <i>Pasta s/gl i s/ou, salsa tomàquet</i> Croquetes d'espínacs i formatge amb amanida variada <i>Carn o peix planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, gluten, fruits secs, lactosa</i>	24. BOIRES DE SETEMBRE, VENT PER SEMPRE.	25.* Cigrons amanits amb oli d'oliva verge extra <i>Arròs o verdures</i> Remenat de xampinyons i botifarra del perol amb amanida variada <i>Carn/peix planxa</i> Làctic o mató /fruita del temps <i>Alteracions: llegums, ou, lactosa</i>	26. Patates i mongeta tendra al vapor (maionesa opcional) Falafel amb salsa de iogurt i menta <i>Carn/peix planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, lactosa, llegums, gluten, sèsam, soja</i>	27.* Amanida variada amb olives verdes, blat de moro, ou dur i tonyina <i>Sense ou, sense tonyina</i> Arròs a la cassola amb costella, pollastre i mongeta tendra Fruita del temps <i>Alteracions: ou, peix</i>
Sopar: Verdures i carn blanca		Sopar: Llegum i verdura	Sopar: Verdura i quinoa	Sopar: Verdura i peix blau
30. Vichyssoise fresca Llacets de verdures amb tonyina i ou dur <i>Pasta s/gluten, s/ou, s/lactosa, s/tonyina</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, gluten, peix</i>	1. Patates i bròquil al vapor (maionesa opcional) Contra cuixa de pollastre confitada amb ceba i llorer <i>Làctic/ fruita del temps</i> <i>Alteracions: ou, lactosa</i>	2. Risotto de bolets <i>Sense formatge</i> Calamars romana i amanida variada <i>Peix o carn planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: lactosa, peix, ou</i>	3. Fesols amanits amb oli d'oliva verge extra <i>Arròs blanc</i> Truita de patates i ceba amb amanida variada <i>Truita s/ou</i> Fruita del temps <i>Alteracions: llegums, ou</i>	4.* Tabulé Costella de porc rostida Fruita del temps <i>Alteracions:</i>
Sopar: Arròs integ, verdura i carn blanca	Sopar: Verdura, pasta integral i peix blau	Sopar: Crema de verdura i carn blanca	Sopar: Llegum, verdura i fruits secs	Sopar: Arròs integral, verdura i ou



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7. Amanida variada, tonyina, blat de moro, pebrot vermell i verd Tallarines amb salsa formatge parmesà <i>Pasta s/gluten, s/ou, s/formatge</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, lactosa, gluten</i>	8.* Patata alemanya <i>S/maionesa, s/frankfurt</i> Remenat de tonyina i alls tendres <i>Truita francesa</i> Làctic/fruita del temps <i>Alteracions: ou, peix, lactosa</i>	9. Arròs pilaff amb verdures Calamars amb ceba i tomàquet <i>Carn/ peix planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, peix</i>	10. Llenties amb oli de mostassa <i>Arròs blanc</i> Contra cuixa de pollastre confitada amb ceba i llorer i amanida variada Fruita del temps <i>Alteracions: llegums</i>	11. Blat tendre amb cogombre, olives i oli de fruits secs <i>Sense fruits secs</i> Bacallà amb ceba i all <i>Carn planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: peix, fruits secs</i>
Sopar: Verdures i carn blanca	Sopar: Llegum, verdura i peix blanc	Sopar: Verdura, patata i ou	Sopar: Pasta integral i verdura	Sopar: Quinoa, verdura i formatge
14.* Amanida variada Meló amb pernil <i>Fideuà (alloli opcional)</i> <i>Fideus amb carn, s/gluten i s/ou</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, peix, gluten</i>	15.* Trinxat de patata i col Botifarra esparracada amb bolets <i>Làctic/fruita del temps</i> <i>Alteracions: lactosa</i>	16.* Humus de cigrons i bastonets de pa <i>Arròs blanc</i> Truita de pernil i formatge i amanida variada <i>Truita s/ou, truita francesa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: Ou, gluten, lactosa, llegums</i>	17. Amanida d'arròs i llenties amb remolatxa, alvocat i pastanaga <i>Sense llenties</i> Pernilets de pollastre amb poma al forn Fruita del temps <i>Alteracions: llegums</i>	18. Bròquil al vapor i oli d'oliva Salmó amb salsa de fonoll a la papillot i amanida variada <i>Carn planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: peix</i>
Sopar: Arròs intel, verdura i carn blanca	Sopar: Llegum i verdura	Sopar: Verdura i peix blau	Sopar: Verdura, mill i ou	Sopar: Pasta integral, verdura i fruits secs
21. Pasta amb salmó fumat i olivada kalamata <i>Pasta s/gluten, s/ou i s/peix</i> Nuggets de verdures al forn i quetxup casolà i amanida variada <i>Carn/peix planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: peix, ou, gluten, soja</i>	22. Fesols saltejats amb carbassa i xampinyons <i>Arròs bullit</i> Truita de bacallà i amanida variada <i>Truita s/ou, truita francesa</i> Làctic/fruita del temps <i>Alteracions: ou, peix, llegum, lactosa</i>	23. Patata trencada al forn i ou dur <i>Patata s/ou</i> Gall dindi al forn amb prunes i pinyons <i>S/fruits secs</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, gluten, fruits secs</i>	24.* Amanida variada amb olives verdes, blat de moro, formatge i pernil <i>Amanida s/formatge</i> Arròs a la cassola amb peix i pèsols <i>Arròs de carn</i> Fruita del temps <i>Alteracions: Lactosa, peix</i>	25. Gaspaxo (opcional) Cigrons amanits amb oli d'oliva verge extra <i>Arròs o verdures</i> Lluç a la basca amb ou de guatlla <i>Carn planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: peix, fruits secs, ou, llegums</i>
Sopar: Verdura i carn blanca	Sopar: Llegum, verdura i ou	Sopar: Crema de verdura i peix blau	Sopar: Pasta intel, verdures i fruits secs	Sopa: Verdura, patata i ou
28. Espaguetis amb tomàquet i bolets <i>Pasta s/ou i s/ gluten</i> Ou dur amb sofregit de tomàquet i gratinats <i>Carn/peix planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: ou, gluten</i>	29. Amanida variada, formatge fresc, olives negres i nous <i>s/ formatge i s/fruits secs</i> Fideus a la cassola amb carn <i>Fideus s/ou i s/gluten</i> Làctic o mató/fruita del temps <i>Alteracions: ou, lactosa, fruits secs, gluten</i>	30. Arròs amb verdures, pinyons quinoa i oli d'herbes i llimona. <i>S/quinoa, s/ fruits secs</i> Gall Sant Pere al forn amb sofregit de ceba i api i amanida variada <i>Carn planxa</i> Fruita del temps <i>Alteracions: peix, fruits secs, quinoa</i>	31. L'OCTUBRE MULLAT, ASSOLELLAT I FRED FA SORTIR EL BOLET	
Sopar: Llegum, verdura i fruits secs	Sopar: Verdura i ou	Sopar: Crema de verdura i carn blanca	PER TOTS SANTS ELS CAMPS VERDS I ELS CIMS BLANCS	