

MENÚ



Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG



ESCOLA PERE DE TERA -BASAL- SETEMBRE 2020

PA A TOTS ELS DINARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb tomàquet i formatge ratllat · Croquetes de pollastre amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb peix · Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb verdures · Lluç al forn amb salsa de verdures (ceba, carabassó i pastanaga · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre al forn amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lleties · Rodó de gall d'indi rostit al forn amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciam i remolatxa · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (tonyina, olives, ceba i blat de moro) · Fricandó de vedella · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Palometa amb arrebossat casolà i amanida d'enciam i tomàquet 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Lleties estofades amb verdures de temporada · Salsitxes al forn amb patata al caliu · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Crestes de tonyina amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Pollastre al forn amb puré de patata · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet i pernil · Truita de patata amb amanida d'enciam i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem Podem sopar

Llegums o fècules	Verdures cuites
	Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

MENÚ



Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG



ESCOLA PERE DE TERA - MENÚ HALAL - SETEMBRE 2020

PA A TOTS ELS DINARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb tomàquet i formatge ratllat · Croquetes de bacallà amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb peix · Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb verdures · Lluç al forn amb salsa de verdures (ceba, carabassó i pastanaga · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre halal al forn amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lenties · Rodó de gall d'indi halal rostit al forn amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciam i remolatxa · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (tonyina, olives, ceba i blat de moro) · Truita francesa amb amanida · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Palometa amb arrebossat casolà i amanida d'enciam i tomàquet 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Pollastre halal a la llimona amb amanida d'enciam i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties estofades amb verdures de temporada · Lluç al forn amb patata a caliu · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Crestes de tonyina amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Pollastre halal al forn amb puré de patata · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet · Truita de patata amb amanida d'enciam i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem Podem sopar

Llegums o fècules	Verdures cuites
	Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

MENÚ



Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG



ESCOLA PERE DE TERA -SENSE PEIX- SETEMBRE 2020

PA A TOTS ELS DINARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb tomàquet i formatge ratllat · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb verdures · Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb verdures · Truita de formatge amb amanida · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre al forn amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lenties · Rodó de gall d'indi rostit al forn amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciam i remolatxa · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (olives, ceba i blat de moro) · Fricandó de vedella · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Truita francesa i amanida d'enciam i tomàquet 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties estofades amb verdures de temporada · Salsitxes al forn amb patata al caliu · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Truita francesa amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Pollastre al forn amb puré de patata · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet i pernil · Truita de patata amb amanida d'enciam i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem Podem sopar

Llegums o fècules	Verdures cuites
	Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

MENÚ



Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG



ESCOLA PERE DE TERA -SENSE OU- SETEMBRE 2020

PA A TOTS ELS DINARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis s/ou amb tomàquet i formatge ratllat · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb peix · Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb verdures · Lluç al forn amb salsa de verdures (ceba, carabassó i pastanaga · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre al forn amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lenties · Rodó de gall d'indi rostit al forn amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (tonyina, olives, ceba i blat de moro) · Fricandó de vedella · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons s/ou a la napolitana · Palometa al forn amb amanida d'enciam i tomàquet 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties estofades amb verdures de temporada · Salsitxes al forn amb patata al caliu · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Pollastre al forn amb patata al caliu · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet i pernil · Palometa al forn amb amanida d'enciam i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem Podem sopar

Llegums o fècules	Verdures cuites
	Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

MENÚ



PA SENSE GLUTEN A TOTS ELS DINARS

Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG

ESCOLA PERE DE TERA -SENSE GLUTEN- SETEMBRE 2020



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis s/gluten amb tomàquet i formatge ratllat · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb peix · Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb verdures · Lluç al forn amb salsa de verdures (ceba, carabassó i pastanaga · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre al forn amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lenties · Rodó de gall d'indi rostit al forn amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciam i remolatxa · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (tonyina, olives, ceba i blat de moro) · Fricandó de vedella · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons s/gluten a la napolitana · Palometa al forn i amanida d'enciam i tomàquet 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties estofades amb verdures de temporada · Salsitxes al forn amb patata al caliu · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons s/gluten a la napolitana · Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Pollastre al forn amb puré de patata · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet i pernil · Truita de patata amb amanida d'enciam i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem	Podem sopar
Llegums o fècules	Verdures cuites Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

MENÚ



Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG



ESCOLA PERE DE TERA -SENSE LACTOSA- SETEMBRE 2020

PA A TOTS ELS DINARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb tomàquet · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb peix · Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb verdures · Lluç al forn amb salsa de verdures (ceba, carabassó i pastanaga) · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre al forn amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lenties · Rodó de gall d'indi rostit al forn amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciam i remolatxa · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (tonyina, olives, ceba i blat de moro) · Fricandó de vedella · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Palometa al forn i amanida d'enciam i tomàquet 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties estofades amb verdures de temporada · Salsitxes al forn amb patata al caliu · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons s/gluten a la napolitana · Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Pollastre al forn amb puré de patata · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet i pernil · Truita de patata amb amanida d'enciam i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem Podem sopar

Llegums o fècules	Verdures cuites
	Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

MENÚ



Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG



ESCOLA PERE DE TERA -SENSE FRUITS SECS- SETEMBRE 2020

PA A TOTS ELS DINARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb tomàquet i formatge ratllat · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb peix · Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb verdures · Lluç al forn amb salsa de verdures (ceba, carabassó i pastanaga · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre al forn amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lenties · Rodó de gall d'indi rostit al forn amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciam i remolatxa · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (tonyina, olives, ceba i blat de moro) · Fricandó de vedella · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Palometa amb arrebossat casolà i amanida d'enciam i tomàquet 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties estofades amb verdures de temporada · Salsitxes al forn amb patata al caliu · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Pollastre al forn amb puré de patata · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet i pernil · Truita de patata amb amanida d'enciam i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem Podem sopar

Llegums o fècules	Verdures cuites Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

MENÚ



Menú elaborado por nutricionista colegiada: Haidée Robert Gadella CAT001628

HRG



ESCOLA PERE DE TERA -BAIX EN GREIXOS- FEBRER 2020

PA A TOTS ELS DINARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb tomàquet · Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb peix · Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb verdures · Lluç al forn amb salsa de verdures (ceba, carabassó i pastanaga) · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Pollastre al forn amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de lenties · Rodó de gall d'indi rostit al forn amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb salsa de tomàquet · Truita de carbassó amb amanida d'enciam i remolatxa · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (tonyina, olives, ceba i blat de moro) · Fricandó de vedella · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Palometa al forn i amanida d'enciam i tomàquet 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i cogombre · logurt 	<ul style="list-style-type: none"> · Lenties estofades amb verdures de temporada · Salsitxes al forn amb patata al caliu · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Pollastre al forn amb puré de patata · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet i pernil · Truita de patata amb amanida d'enciam i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem	Podem sopar
Llegums o fècules	Verdures cuites Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

MENÚ




ESCOLA PERE DE TERA - MENÚ VEGA- FEBRER 2020

HRG



PA A TOTS ELS DINARS

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
SETMANA 14 al 18 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis amb tomàquet · Nuggets de bròquil amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida variada · Sopa de verdures amb arròs · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida d'arròs · Cigrons saltats amb verdures · logurt de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Mongeta tendra amb patata · Hamburguesa vegetal amb patates fregides · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida variada · Llenties amb verdures i arròs · Fruita de temporada
SETMANA 21 al 25 de setembre	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida variada · Arròs amb salsa de tomàquet · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida de cigrons (olives, ceba i blat de moro) · Croquetes de bolets · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons a la napolitana · Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam i olives · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura tricolor (patata, pastanaga i pèsols) · Nuggets de bròquil amb amanida d'enciam i cogombre · logurt de soja 	<ul style="list-style-type: none"> · Verdura al forn · Llenties estofades amb verdures de temporada · Fruita de temporada
SETMANA 28 de setembre al 2 d'octubre	<ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb oli i orenga · Nuggets de bròquil amb amanida d'enciam i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Amanida variada · Arròs amb pèsols, pastanaga i blat de moro · Fruita de temporada 	<ul style="list-style-type: none"> · Cigrons saltats amb tomàquet · Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam i i tomàquet · Fruita de temporada 		

Aliment ecològic

Aliment de proximitat

PRODUCTES DE PROXIMITAT

- Carbassa
- Col
- Enciam
- Patata
- Pebrot
- Api
- Tomàquet
- Poma
- Pera
- Ou
- Pollastre
- Gall dindi
- logurt

Si Dinem Podem sopar

Si Dinem	Podem sopar
Llegums o fècules	Verdures cuites Hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita