

	MENESTRA DE VERDURES OUS DURS AMB BEIXAMEL (3, 7) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CIGRONS GUIATS AMB VERDURES CALAMARS A L'ANDALUSA (1, 14, 2, 4) TOMÀQUET AMANIT FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	AMANIDA DE PASTA AMB LACTONESA (1, 7, T10, T3, T6) DAUS DE PORC GUIATS AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA (1) MONGETES GUIADES AMB ARRÒS BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7) PA INTEGRAL DE TAULA (1)
ARRÒS AMB VERDURES FILET DE LLUÇ AL FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	VERDURA DEL TEMPS TRUITA DE XAMPINYONS (3) AMB PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7) PA (1)	BROU DE POLLASTRE AMB FIDEUETS (1, 9, T10, T3, T6) ESCALOPA DE GALL DINDI ARREBOSSADA (1) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MONGETES SEQUES GUIADES AMB VERDURES DAUS DE POLLASTRE ROSTIT AMB PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE PASTANAGA ESPAGUETTIS INTEGRALS AMB BOLONYESA VEGETAL (1, 6, 7, T1, T10, T11, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
LLENTIES GUIADES AMB VERDURES (T1) CUS CUS AMB POLLASTRE I CARBASSÓ (1) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	MACARRONS INTEGRALS AMB Salsa de FORMATGE (1, 7, T10, T3, T6) MANDONGUILLES DE VEDELLA A LA JARDINERA (12, T6) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ (3) AMB AMANIDA BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7) PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MENESTRA DE VERDURES PEIX DE PROXIMITAT (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE MONGETES SEQUES I PORRO CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, T10, T14, T2, T3, T4, T6, T9) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
ESPIRALS INTEGRALS AMB Salsa de PORROS (1, 7, T10, T3, T6) ESTOFAT DE DAUS DE GALL DINDI AMB POMA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7) PA (1)	CIGRONS GUIATS AMB VERDURES OUS DURS AL FORN AMB Salsa de TOMÀQUET (3) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	SOPA DE PEIX (4) PERNILET DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	VERDURA DEL TEMPS FIDEUS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS (1, T10, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	LLENTIES GUIADES AMB VERDURES (T1) FILET DE BACALLÀ ARREBOSSAT (1, 4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
MONGETES SEQUES GUIADES AMB VERDURES FILET DE FOGONER AMB FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATA I Ceba (3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	COLIFLOR I PATATA AMB BEIXAMEL (1, 7) ESCALOPA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MACARRONS INTEGRALS AMB Salsa de CARBASSA (1, T10, T3, T6) ESTOFAT DE VEDELLA XIPS DE MONIATO PA DE PESSIC (1, 3, 7) PA (1)	

Al.lèrgens: 1-Gluten, 2-Crustacis, 3-Ous, 4-Peix, 5-Cacauet, 6-Soja, 7-Llet, 8-Fruits secs, 9-Api, 10-Mostassa, 11-Sèsam. 12-Sulfits, 13-Tramussos, 14-Moluscs, T-Traces

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites i cuscús.**Aquest mes gaudirem de** carbassa, coliflor, espinac, all tendre, moniato, mandarina, plàtan, kiwi, taronja.**A les amanides afegirem** pipes de carbassa i pipes de gira-sol.**La pasta** serà integral.**La varietat del peix de proximitat (mediterrània) serà:** Maira, gallineta o sardina.**El iogurt** es a doll (format gran). **Inclou el pa diari.** 2 dies a la setmana serà integral.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.



SANTA PERPÈTUA

SENSE PORC

OCTUBRE 24

	MENESTRA DE VERDURES OUS DURS AMB BEIXAMEL (3, 7) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES CALAMARS A L'ANDALUSA (1, 14, 2, 4) TOMÀQUET AMANIT FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	AMANIDA DE PASTA AMB LACTONESA (1, 7, T10, T3, T6) GALL DINDI A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA (1) MONGETES GUISADES AMB ARRÒS BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7) PA INTEGRAL DE TAULA (1)
ARRÒS AMB VERDURES FILET DE LLUÇ AL FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	VERDURA DEL TEMPS TRUITA DE XAMPINYONS (3) AMB PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7)) PA (1)	BROU DE POLLASTRE AMB FIDEUETS (1, 9, T10, T3, T6) ESCALOPA DE GALL DINDI ARREBOSSADA (1) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES DAUS DE POLLASTRE ROSTIT AMB PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE PASTANAGA ESPAGUETTIS INTEGRALS AMB BOLONYESA VEGETAL (1, 6, 7, T1, T10, T11, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (T1)) CUS CUS AMB POLLASTRE I CARBASSÓ (1) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE FORMATGE (1, 7, T10, T3, T6) MANDONGUILLES DE VEDELLA A LA JARDINERA (12, T6) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ (3) AMB AMANIDA BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7) PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MENESTRA DE VERDURES PEIX DE PROXIMITAT (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE MONGETES SEQUES I PORRO CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, T10, T14, T2, T3, T4, T6, T9) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
ESPIRALS INTEGRALS AMB SALSA DE PORROS (1, 7, T10, T3, T6) ESTOFAT DE DAUS DE GALL DINDI AMB POMA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7) PA (1)	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES OUS DURS AL FORN AMB SALSA DE TOMÀQUET (3) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	SOPA DE PEIX (4) PERNILET DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	VERDURA DEL TEMPS FIDEUS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS (1, T10, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (T1)) FILET DE BACALLÀ ARREBOSSAT (1, 4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES FILET DE FOGONER AMB FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	COLIFLOR I PATATA AMB BEIXAMEL (1, 7) ESCALOPA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE CARBASSA (1, T10, T3, T6) ESTOFAT DE VEDELLA XIPS DE MONIATO PA DE PESSIC (1, 3, 7) PA (1)	

Al.lèrgens: 1-Gluten, 2-Crustacis, 3-Ous, 4-Peix, 5-Cacauet, 6-Soja, 7-Llet, 8-Fruits secs, 9-Api, 10-Mostassa, 11-Sèsam. 12-Sulfits, 13-Tramussos, 14-Moluscs, T-Traces

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites i cuscús.**Aquest mes gaudirem de** carbassa, coliflor, espinac, all tendre, moniato, mandarina, plàtan, kiwi, taronja.**A les amanides afegirem** pipes de carbassa i pipes de gira-sol.**La pasta** serà integral.**La varietat del peix de proximitat (mediterrània) serà:** Maira, gallineta o sardina.**El iogurt** es a doll (format gran). **Inclou el pa diari.** 2 dies a la setmana serà integral.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.



	MENESTRA DE VERDURES GALL DINDI A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CIGRONS GUIATS AMB VERDURES CALAMARS A L'ANDALUSA (1, 14, 2, 4) TOMÀQUET AMANIT FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	AMANIDA DE PASTA ECO (1, T10, T6) DAUS DE PORC GUIATS AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA (1) MONGETES GUIADES AMB ARRÒS FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
	1	2	3	4
ARRÒS AMB VERDURES FILET DE LLUÇ AL FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	VERDURA DEL TEMPS POLLASTRE A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS CALDÓS AMB VERDURES ESCALOPA DE GALL DINDI ARREBOSSADA (1) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MONGETES SEQUES GUIADES AMB VERDURES DAUS DE POLLASTRE ROSTIT AMB PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE PASTANAGA ESPAGUETTIS ECO A LA NAPOLITANA s/llet (1, T10, T6) FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
7	8	9	10	11
LLENTIES GUIADES AMB VERDURES (T1) CUS CUS AMB POLLASTRE I CARBASSÓ (1) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	MACARRONS ECO A LA NAPOLITANA S/LLET (1, T10, T6) LLOM DE PORC A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MENESTRA DE VERDURES PEIX DE PROXIMITAT (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE MONGETES SEQUES I PORRO POLLASTRE A LA PLANXA AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
14	15	16	17	18
ESPAGUETTIS ECO AMB SALSA DE XAMPINYONS s/llet ESTOFAT DE DAUS DE GALL DINDI AMB POMA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CIGRONS GUIATS AMB VERDURES FILET DE LLUÇ AL FORN (4) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	SOPA DE PEIX (4) PERNILET DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	VERDURA DEL TEMPS ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS FRUITA DEL TEMPS PA (1)	LLENTIES GUIADES AMB VERDURES (T1) FILET DE BACALLÀ ARREBOSSAT (1, 4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
21	22	23	24	25
MONGETES SEQUES GUIADES AMB VERDURES FILET DE FOGONER AMB FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS AMB TOMÀQUET GALL DINDI A LA PLANXA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	MENESTRA DE VERDURES ESCALOPA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MACARRONS ECO AMB SALSA DE CARBASSA (1, T10, T6) FILET DE LLUÇ AL FORN (4) XIPS DE MONIATO GALETES PA (1)	
28	29	30	31	

Al·lèrgens: 1-Gluten, 2-Crustacis, 3-Ous, 4-Peix, 5-Cacauet, 6-Soja, 7-Llet, 8-Fruits secs, 9-Api, 10-Mostassa, 11-Sèsam. 12-Sulfits, 13-Tramussos, 14-Moluscs, T-Traces

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites i cuscús.**Aquest mes gaudirem de** carbassa, coliflor, espinac, all tendre, moniato, mandarina, plàtan, kiwi, taronja.**A les amanides afegirem** pipes de carbassa i pipes de gira-sol.**La pasta** serà integral.**La varietat del peix de proximitat (mediterrània) serà:** Maira, gallineta o sardina.**El iogurt** es a doll (format gran). **Inclou el pa diari.** 2 dies a la setmana serà integral.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.



	MENESTRA DE VERDURES OUS DURS AMB BEIXAMEL (3, 7) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	1	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES CALAMARS A L'ANDALUSA (1, 14, 2, 4) TOMÀQUET AMANIT FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	2	AMANIDA DE PASTA AMB LACTONESA (1, 7, T10, T3, T6) DAUS DE PORC GUISATS AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	3	CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA (1) MONGETES GUISADES AMB ARRÒS BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7) PA INTEGRAL DE TAULA (1)	4	
ARRÒS AMB VERDURES FILET DE LLUÇ AL FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	7	VERDURA DEL TEMPS TRUITA DE XAMPINYONS (3) AMB PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7) PA (1)	8	BROU DE POLLASTRE AMB FIDEUETS (1, 9, T10, T3, T6) ESCALOPA DE GALL DINDI ARREBOSSADA (1) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	9	MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES DAUS DE POLLASTRE ROSTIT AMB PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS PA (1)	10	CREMA DE PASTANAGA ESPAGUETTIS INTEGRALS AMB BOLONYESA VEGETAL (1, 6, 7, T1, T10, T11, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	11
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (T1) CUS CUS AMB POLLASTRE I CARBASSÓ (1) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	14	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE FORMATGE (1, 7, T10, T3, T6) MANDONGUILLES DE VEDELLA A LA JARDINERA (12, T6) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	15	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ (3) AMB AMANIDA BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7) PA INTEGRAL DE TAULA (1)	16	MENESTRA DE VERDURES PEIX DE PROXIMITAT (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	17	CREMA DE MONGETES SEQUES I PORRO CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, T10, T14, T2, T3, T4, T6, T9) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	18
ESPIRALS INTEGRALS AMB SALSA DE PORROS (1, 7, T10, T3, T6) ESTOFAT DE DAUS DE GALL DINDI AMB POMA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7) PA (1)	21	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES OUS DURS AL FORN AMB SALSA DE TOMÀQUET (3) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	22	SOPA DE PEIX (4) PERNILET DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	23	VERDURA DEL TEMPS FIDEUS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS (1, T10, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	24	LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (T1) FILET DE BACALLÀ ARREBOSSAT (1, 4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	25
MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES FILET DE FOGONER AMB FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	28	ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	29	COLIFLOR I PATATA AMB BEIXAMEL (1, 7) ESCALOPA DE POLLASTRE ARREBOSSADA (1) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	30	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE CARBASSA (1, T10, T3, T6) ESTOFAT DE VEDELLA XIPS DE MONIATO PA DE PESSIC (1, 3, 7) PA (1)	31		

Al.lèrgens: 1-Gluten, 2-Crustacis, 3-Ous, 4-Peix, 5-Cacauet, 6-Soja, 7-Llet, 8-Fruits secs, 9-Api, 10-Mostassa, 11-Sèsam. 12-Sulfits, 13-Tramussos, 14-Moluscs, T-Traces

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites i cuscús.**Aquest mes gaudirem de** carbassa, coliflor, espinac, all tendre, moniato, mandarina, plàtan, kiwi, taronja.**A les amanides afegirem** pipes de carbassa i pipes de gira-sol.**La pasta** serà integral.**La varietat del peix de proximitat (mediterrània) serà:** Maira, gallineta o sardina.**El iogurt** es a doll (format gran). **Inclou el pa diari.** 2 dies a la setmana serà integral.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.



	MENESTRA DE VERDURES OUS DURS AMB BEIXAMEL (3, 7) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES CALAMARS A L'ANDALUSA (1, 14, 2, 4) TOMÀQUET AMANIT FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	AMANIDA DE PASTA AMB LACTONESA (1, 7, T10, T3, T6) TRUITA DE FORMATGE (3, 7) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE CARBASSA AMB CROSTONS DE PA (1) MONGETES GUISADES AMB ARRÒS BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7)) PA INTEGRAL DE TAULA (1)
ARRÒS AMB VERDURES FILET DE LLUÇ AL FORN (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	VERDURA DEL TEMPS TRUITA DE XAMPINYONS (3) AMB PASTANAGA RATLLADA IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7) PA (1)	MACARRONS A LA NAPOLITANA (1, 7, T10, T3, T6)) CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, T10, T14, T2, T3, T4, T6, T9) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES TOFU A LA PLANXA (6, T1, T11, T3) AMB PATATES FREGIDES FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE PASTANAGA ESPAGUETTIS INTEGRALS AMB BOLONYESA VEGETAL (1, 6, 7, T1, T10, T11, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
CREMA DE CARBASSA LLENTIES CUITES GUISADES AMB VERDURES (2°PLAT) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE FORMATGE (1, 7, T10, T3, T6) HAMBURGUESA VEGETAL DE CUSCUS (1, T12, T14, T2, T3, T4, T6, T7, T8) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ (3) AMB AMANIDA BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7)) PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MENESTRA DE VERDURES PEIX DE PROXIMITAT (4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	CREMA DE MONGETES SEQUES I PORRO CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, T10, T14, T2, T3, T4, T6, T9) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
ESPIRALS INTEGRALS AMB SALSA DE PORROS (1, 7, T10, T3, T6) TRUITA FRANCESA (3, 7) IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7)) PA (1)	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES OUS DURS AL FORN AMB SALSA DE TOMÀQUET (3) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	SOPA DE PEIX (4) SEITÁN ARREBOSSAT AMB SALSA DE TOMÀQUET (1, 3, 6, T11) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	VERDURA DEL TEMPS FIDEUS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS (1, T10, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA (1)	LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (T1) FILET DE BACALLÀ ARREBOSSAT (1, 4) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)
MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES FILET DE FOGONER AMB FORN (4)) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA DE PATATA I CEBA (3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA (1)	COLIFLOR I PATATA AMB BEIXAMEL (1, 7) HAMBURGUESA VEGETAL DE CUSCUS (1, T12, T14, T2, T3, T4, T6, T7, T8) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL DE TAULA (1)	MACARRONS INTEGRALS AMB SALSA DE CARBASSA (1, T10, T3, T6) TRUITA DE FORMATGE (3, 7) XIPS DE MONIATO PA DE PESSIC (1, 3, 7) PA (1)	

Al.lèrgens: 1-Gluten, 2-Crustacis, 3-Ous, 4-Peix, 5-Cacauet, 6-Soja, 7-Llet, 8-Fruits secs, 9-Api, 10-Mostassa, 11-Sèsam. 12-Sulfits, 13-Tramussos, 14-Moluscs, T-Traces

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites i cuscús.**Aquest mes gaudirem de** carbassa, coliflor, espinac, all tendre, moniato, mandarina, plàtan, kiwi, taronja.**A les amanides afegirem** pipes de carbassa i pipes de gira-sol.**La pasta** serà integral.**La varietat del peix de proximitat (mediterrània) serà:** Maira, gallineta o sardina.**El iogurt** es a doll (format gran). **Inclou el pa diari.** 2 dies a la setmana serà integral.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.

