



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
29/09	30/09	01/10	02/10	03/10
		Escudella casolana vegetal amb pasta Mandonguilles vegetals amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Mongetes saltejades amb ceba, pastanaga i carbassó Fruita de temporada	Amanida complerta Arròs caldos amb cigrons i verdures Iogurt natural
06/10	07/10	08/10	09/10	10/10
Macarrons a la carbonara amb xampinyons Ous durs amb sofregit de tomàquet i amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Crema de carbassó amb crostons Mongetes saltejades amb all i julivert Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Cigrons estofats amb amanida d'enciam i olives Iogurt natural	Amanida complerta Arròs amb lleties Fruita de temporada	FESTIU LLIURE DISPOSICIÓ
13/10	14/10	15/10	16/10	17/10
Lleties estofades amb arròs i verdures de temporada Truita a la francesa amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro Fruita de temporada	Col amb patata i oli d'oliva Hamburguesa vegetal al forn amb ceba i amanida d'enciam i remolatxa Iogurt natural	Amanida grega (tomàquet, formatge i olives negres) Cigrons amb un raig d'oli amb daus de moniato al forn Fruita de temporada	Crema de verdures Estofat de mongetes a la jardinera amb cuscús Fruita de temporada	Espaguetis amb sofregit de tomàquet Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada
20/10	21/10	22/10	23/10	24/10
Arròs 3 delícies vegetal Falafel amb salsa i amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Pèsols saltejats amb ceba Truita de ceba i patata amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Cigrons saltejats amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	Crema de coliflor Espaguetis amb bolonyesa de lleties Fruita de temporada	Mongetes estofades amb verdures de temporada Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam i cogombre Iogurt natural
27/10	28/10	29/10	30/10	31/10
Lleties estofades amb verdures de temporada Truita de ceba i xampinyons amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Nuggets vegetals amb amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Escudella casolana vegetal amb pasta Cigrons amb patata i pastanaga Fruita de temporada	Arròs amb sofregit de tomàquet Remenat d'ou amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada	MENÚ DE CASTANYADA Crema de carbassa Tofu rostit amb salsa de castanyes amb xips de moniato Natilles

Menús elaborats pel dietista Gabor Smit

*PEIX FRESC DE LLOTJA DE LA PLATJETA (lluç, bonítol, bacallà, maires...) LA VERDURA, LA FRUITA, ELS LLEGUMS, ELS CEREALS, EL IOGURT I L'OLI D'OLIVA que serveixen son ecològics, de temporada i de proximitat;