

SENSE PLÀTAN NI LLEGUMS

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUETTRUITA DE
CARBASSÓ I PATATA
amb amanida
Fruita del temps NO
PLÀTANAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de gira-sol, crostons,
panses i olives)
**ESPAGUETIS AMB
TOMÀQUET I TONYINA**Fruita del temps NO
PLÀTANESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del temps NO
PLÀTANARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)**PEIX A L'ALLET**
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps NO
PLÀTANARRÒS AMB
TOMÀQUETTRUITA FRANCESA
amb enciam i blat de moroFruita del temps NO
PLÀTAN

DIMARTS

**CREMA DE
VERDURES**
amb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al fornFruita del temps NO
PLÀTANARRÒS TRICOLOR (amb
S/pèsols, pastanaga i blat
de moro)**PEIX AL FORN**
amb patates, ceba i
tomàquet al fornFruita del temps NO
PLÀTANVERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)**VEDELLA ESTOFADA
AMB PATATA**Fruita del temps NO
PLÀTANAMANIDA DE
TOMÀQUET,
FORMATGE I OLIVES**LLOM PLANXA
AMB PATATA**Fruita del temps NO
PLÀTAN**LA CASTANYADA**
CREMA DE CARBASSA**LLOM PLANXA AMB
XIPS DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA**

FLAM*

DIMECRES

ESPAGUETIS AL
PESTO***PEIX AL FORN**
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol
Fruita del temps NO
PLÀTAN**ESPINACS amb PATATA**TRUITA FRANCESA
amb amanidaFruita del temps NO
PLÀTANCREMA DE
PASTANAGAamb crostons de pa
**PEIX PLANXA
AMB AMANIDA**
Fruita del temps NO
PLÀTAN

SOPA DE PASTA

GALL D'INDI AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps NO
PLÀTAN

DIJOUS

BROCOLI AMB
PATATA**GALL D'INDI AMB
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA**Fruita del temps NO
PLÀTAN

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC *
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)**POLLASTRE ARREBOSSAT
CASOLÀ**
amb amanida de pastanaga,
blat de moro i olives
Fruita del temps NO
PLÀTAN**CREMA DE VERDURES**TRUITA FRANCESA
amb amanidaFruita del temps NO
PLÀTAN

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, crostons, formatge
a daus i vinagreta suau)**LLOM PLANXA
AM ARRÒS**

logurt o got de llet

FESTIU

**PASTA AMB
TOMÀQUET****PEIX AL FORN**
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge

logurt o got de llet

TRINXAT DE COL I
PATATA**POLLASTRE ROSTIT**
amb tomàquet amanit

logurt o got de llet

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
PLÀTAN NI LLEGUMS

SENSE PEIX NI MARISC

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUETTRUITA DE
CARBASSÓ I PATATA
amb amanida
Fruita del tempsAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de gira-sol, crostons,
panses i olives)ESPAGUETIS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES

Fruita del temps

ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del tempsARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)**TRUITA FRANCESA**
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del tempsARRÒS AMB
TOMÀQUETTRUITA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
amb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)**POLLASTRE PLANXA**
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)VEDELLA ESTOFADA
AMB PATATA

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET,
FORMATGE I OLIVESLLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSABOTIFARRA AMB XIPS
DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA

FLAM*

DIMECRES

ESPAGUETIS AL
PESTO***TRUITA FRANCESA**
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol
Fruita del tempsCIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATATRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA
amb crostons de pa
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del temps

SOPA DE PASTA

GALL D'INDI AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

BROCOLI AMB
PATATAGALL D'INDI AMB
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives
Fruita del tempsCIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i carbassa)TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, crostons, formatge
a daus i vinagreta suau)
LLENTIES GUISADES
AMB PASTANAGA,
CEBA I PEBRE
VERMELL I COSTELLA
logurt o got de llet

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANA**TRUITA FRANCESA**
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge

logurt o got de llet

TRINXAT DE COL I
PATATAPOLLASTRE ROSTIT
amb tomàquet amanit

logurt o got de llet

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
PEIX NI MARISC

CANIGÓ

**SENSE PEIX NI MARISC
NI FORMATGE
(mozzarella si)**

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBRE

DEL 9 AL 13
D'OCTUBRE

DEL 16 AL 20
D'OCTUBRE

DEL 23 AL 27
D'OCTUBRE

DEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

**ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUET**

**TRUITA DE
CARBASSÓ I PATATA**
amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de gira-sol, crostons,
panses i olives)
**ESPAGUETIS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES**

Fruita del temps

**ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES** (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)
TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del temps

ARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
TRUITA FRANCESA
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

**ARRÒS AMB
TOMÀQUET**

TRUITA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

**CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES**
amb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)
POLLASTRE PLANXA
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)
**VEDELLA ESTOFADA
AMB PATATA**

Fruita del temps

**AMANIDA DE
TOMÀQUET I OLIVES**
S/FORMATGE

**LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I MILL**

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA

**BOTIFARRA AMB XIPS
DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA**

FLAM*

DIMECRES

**ESPAGUETIS AMB OLI
I ALFÀBREGA**
S/FORMATGE

TRUITA FRANCESA
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol
Fruita del temps

**CIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATA**

TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

**CREMA DE
PASTANAGA**
amb crostons de pa
**MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES**
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del temps

SOPA DE PASTA

GALL D'INDI AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

**BROCOLI AMB
PATATA**

**GALL D'INDI AMB
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA**

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)
**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives
Fruita del temps

**CIGRONS AMB
HORTALISSES** (col,
ceba, porro i carbassa)

TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, crostons, vinagreta
suau) **S/FORMATGE**
**LLENTIES GUISADES
AMB PASTANAGA,
CEBA I PEBRE
VERMELL I COSTELLA**
logurt o got de llet

FESTIU

**CIGRONS A LA
CATALANA**

TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge

logurt o got de llet

**TRINXAT DE COL I
PATATA**

POLLASTRE ROSTIT
amb tomàquet amanit

logurt o got de llet



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
PEIX NI MARISC NI FORMATGE (mozzarella si) en pizza



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE FRUITS SECS
NI LLENTIES

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUETTRUITA DE
CARBASSÓ I PATATA
amb amanida
Fruita del tempsAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams,
crostons* i olives)ESPAGUETIS AMB
TOMÀQUET I TONYINA

Fruita del temps

ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del tempsARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del tempsARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
amb crostons de pa*
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)PEIX AL FORN
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)VEDELLA ESTOFADA
AMB PATATA

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET,
FORMATGE I OLIVESMONGETES BLANQUES
ESTOFADES
AMB VERDURES

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSABOTIFARRA* AMB XIPS
DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA

FLAM*

DIMECRES

ESPAGUETIS AMB OLI
ALFÀBREGA I
FORMATGEPEIX AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATATRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA
amb crostons de pa*
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del temps

SOPA DE PASTA

GALL D'INDI AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

BROCOLI AMB
PATATAGALL D'INDI AMB
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives

Fruita del temps

CIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i carbassa)TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
crostons*, formatge a daus i
vinagreta suau)MONGETES BLANQUES
GUISADES AMB
PASTANAGA, CEBA I
PEBRE VERMELL I
COSTELLA
logurt o got de llet

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANAPEIX AL FORN
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge

logurt o got de llet

TRINXAT DE COL I
PATATAPOLLASTRE ROSTIT
amb tomàquet amanit

logurt o got de llet

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
FRUITS SECS NI LLENTIES

SENSE GLUTEN

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUETTRUITA DE
CARBASSÓ I PATATA
amb amanida
Fruita del tempsAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes*
de gira-sol, **crostons**
S/GLUTEN, panses* i
olives)ESPAGUETIS **S/GLUTEN**
AMB TOMÀQUET I
TONYINA
Fruita del temps**ESPIRALS S/GLUTEN**
AMB SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del tempsARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del tempsARRÒS AMB
TOMÀQUETTRUITA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
amb **crostons de pa**
S/GLUTENPOLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)**PEIX AL FORN**
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)VEDELLA ESTOFADA
AMB PATATA

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET,
FORMATGE I OLIVES**MONGETES BLANQUES**
ESTOFADES
AMB VERDURES

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA**BOTIFARRA* AMB XIPS**
DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA

FLAM*

DIMECRES

ESPAGUETIS
S/GLUTEN AL PESTO***PEIX AL FORN**
amb amanida de
tomàquet, olives i
pipes* de gira-sol
Fruita del tempsCIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATATRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA
amb **crostons de pa**
S/GLUTEN**MONGETES BLANQUES**
ESTOFADES AMB
VERDURES
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del tempsSOPA DE PASTA
S/GLUTEN**GALL D'INDI AL FORN**
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

BROCOLI AMB
PATATA**GALL D'INDI AMB**
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)**POLLASTRE ARREBOSSAT**
S/GLUTEN CASOLÀ
amb amanida de pastanaga,
blat de moro i olives
Fruita del tempsCIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i carbassa)TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, **crostons**
S/GLUTEN, formatge a
daus i vinagreta suau)**MONGETES**
BLANQUES GUISADES
AMB PASTANAGA, CEBA
I PEBRE VERMELL I
COSTELLA
logurt o got de llet

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANA**PEIX AL FORN**
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge

logurt o got de llet

TRINXAT DE COL I
PATATA***POLLASTRE ROSTIT**
amb tomàquet amanit

logurt o got de llet

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
GLUTEN

SENSE LACTOSA

CANIGÓ

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBRE

DEL 9 AL 13
D'OCTUBRE

DEL 16 AL 20
D'OCTUBRE

DEL 23 AL 27
D'OCTUBRE

DEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALSA CASOLANA DE TOMÀQUET

TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams pipes de gira-sol, crostons, panses i olives)
ESPAGUETIS A LA BOLONYESA DE LLENTIES

Fruita del temps

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)

TRUITA FRANCESA amb amanida d'enciam, i pastanaga
Fruita del temps

ARRÒS DE PAGÈS (sofregit de tomàquet i ceba amb coliflor i pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET amb amanida de tomàquet, olives
Fruita del temps

ARRÒS AMB TOMÀQUET

TRUITA FRANCESA amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA BLANCA I VERDURES* amb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb pèsols, pastanaga i blat de moro)

PEIX AL FORN amb patates, ceba i tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR (pastanaga, coliflor i brocoli)

VEDELLA ESTOFADA AMB PATATA

Fruita del temps

AMANIDA DE TOMÀQUET, **FORMATGE S/LACTOSA** I OLIVES

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES I MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA*

BOTIFARRA* AMB XIPS DE MONIATO, REMOLATXA I XIRIVIA

POSTRES S/LACTOSA

DIMECRES

ESPAGUETIS AL PESTO **S/LACTOSA**

PEIX AL FORN amb amanida de tomàquet, olives i pipes de gira-sol
Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS I PATATA

TRUITA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA* amb crostons de pa
MONGETES BLANQUES ESTOFADES AMB VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i vermell)

Fruita del temps

SOPA DE PASTA

GALL D'INDI AL FORN amb amanida de tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

BROCOLI AMB PATATA

GALL D'INDI AMB SALSETA DE PASTANAGA I XIRIVIA

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)

POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb amanida de pastanaga, blat de moro i olives
Fruita del temps

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i carbassa)

TRUITA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam, pastanaga ratllada, olives, panses, crostons, **formatge S/LACTOSA** a daus i vinagreta suau)

LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA, CEBA I PEBRE VERMELL I COSTELLA logurt **S/LACTOSA** o got de llet **S/LACTOSA**

FESTIU

CIGRONS A LA CATALANA

PEIX AL FORN amb amanida d'enciam, tomàquet i **formatge S/LACTOSA** logurt **S/LACTOSA** o got de llet **S/LACTOSA**

TRINXAT DE COL I PATATA

POLLASTRE ROSTIT amb tomàquet amanit

logurt **S/LACTOSA** o got de llet **S/LACTOSA**

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI LACTOSA

Teno

Cuina i lleure de proximitat

@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors

SENSE PROTEÏNA DE LLET DE VACA

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUETTRUITA DE
CARBASSÓ I PATATA
amb amanida
Fruita del tempsAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de gira-sol, crostons,
panses i olives)ESPAGUETIS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES

Fruita del temps

ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del tempsARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del tempsARRÒS AMB
TOMÀQUETTRUITA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
S/LÀCTICSamb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)

PEIX AL FORN

amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)VEDELLA ESTOFADA
AMB PATATA

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET I OLIVES
S/LÀCTICSLLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/LÀCTICSLLOM PLANXA AMB
XIPS DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA

POSTRES S/LÀCTICS

DIMECRES

ESPAGUETIS AMB OLI
I ALFÀBREGAPEIX AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol
Fruita del tempsCIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATATRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA S/LÀCTICS
amb crostons de pa
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del temps

SOPA DE PASTA

GALL D'INDI AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

BROCOLI AMB
PATATAGALL D'INDI AMB
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives
Fruita del tempsCIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i carbassa)TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, crostons i vinagreta
suau)

S/LÀCTICS

LLENTIES GUISADES
AMB PASTANAGA,
CEBA I PEBRE
VERMELL I COSTELLA
Fruita del temps

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANAPEIX AL FORN
amb amanida d'enciam,
tomàquet S/LÀCTICS

Fruita del temps

TRINXAT DE COL I
PATATAPOLLASTRE ROSTIT
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
PROTEÏNA DE LLET DE VACA

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE LÀCTICS, OU NI FRUITS SECS

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALS
CASOLANA DE
TOMÀQUET**PEIX PLANXA**
amb amanida
Fruita del tempsAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de gira-sol, crostons,
panses i olives)
ESPAGUETIS S/OU A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES

Fruita del temps

ESPIRALS S/OU AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)**PEIX PLANXA**
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del tempsARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del tempsARRÒS AMB
TOMÀQUET**PEIX PLANXA**
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
S/LÀCTICS
amb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)
PEIX AL FORN
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)
**LLOM PLANXA AMB
PATATA**

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET I OLIVES
S/LÀCTICSLLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/LÀCTICS
**LLOM PLANXA AMB
XIPS DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA****POSTRES S/LÀCTICS
S/OU NI FRUITS SECS**

DIMECRES

ESPAGUETIS S/OU
AMB OLI I ALFÀBREGA

PEIX AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol
Fruita del tempsCIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATA**POLLASTRE PLANXA**
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA S/LÀCTICS
amb crostons de pa
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del temps

SOPA DE PASTA S/OU

GALL D'INDI AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

**BROCOLI AMB
PATATA**

**GALL D'INDI AMB
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA**
Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)
**POLLASTRE
ARREBOSSAT S/OU
CASOLÀ**
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives
Fruita del tempsCIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i carbassa)**LLOM PLANXA**
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, crostons i vinagreta
suau)
S/LÀCTICS
**LLENTIES GUISADES
AMB PASTANAGA,
CEBA I PEBRE
VERMELL I COSTELLA**
Fruita del temps

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANA

PEIX AL FORN
amb amanida d'enciam,
tomàquet S/LÀCTICS

Fruita del tempsTRINXAT DE COL I
PATATA**POLLASTRE ROSTIT**
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
PROTEINA DE LLET DE VACA, OU NI FRUITS SECS

SENSE LÀCTICS, OU

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALS
CASOLANA DE
TOMÀQUET**PEIX PLANXA**
amb amanida
Fruita del tempsAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de gira-sol, crostons,
panses i olives)
ESPAGUETIS S/OU A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES

Fruita del temps

ESPIRALS S/OU AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)**PEIX PLANXA**
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del tempsARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del tempsARRÒS AMB
TOMÀQUET**PEIX PLANXA**
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
S/LÀCTICS
amb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)
PEIX AL FORN
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)
**LLOM PLANXA AMB
PATATA**

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET I OLIVES
S/LÀCTICSLLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/LÀCTICS
**LLOM PLANXA AMB
XIPS DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA****POSTRES S/LÀCTICS
S/OU**

DIMECRES

ESPAGUETIS S/OU
AMB OLI I ALFÀBREGA**PEIX AL FORN**
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol
Fruita del tempsCIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATA**POLLASTRE PLANXA**
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA S/LÀCTICS
amb crostons de pa
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del temps

SOPA DE PASTA S/OU

GALL D'INDI AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

**BROCOLI AMB
PATATA****GALL D'INDI AMB
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA**

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)
**POLLASTRE
ARREBOSSAT S/OU
CASOLÀ**
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives
Fruita del temps**CIGRONS AMB
HORTALISSES** (col,
ceba, porro i carbassa)**LLOM PLANXA**
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, crostons i vinagreta
sua)**LLENTIES GUISADES
AMB PASTANAGA,
CEBA I PEBRE
VERMELL I COSTELLA**
Fruita del temps

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANA S/OU**PEIX AL FORN**
amb amanida d'enciam,
tomàquet S/LÀCTICS

Fruita del temps

TRINXAT DE COL I
PATATA**POLLASTRE ROSTIT**
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
PROTEINA DE LLET DE VACA NI OU

SENSE OU, FRUITS SECS NI
CACAUET

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALS
CASOLANA DE
TOMÀQUET**PEIX PLANXA**
amb amanida
Fruita del temps**AMANIDA VARIADA**
(tomàquet, enciams
crostons*, i olives)
ESPAGUETIS S/OU A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES

Fruita del temps

ESPIRALS S/OU AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)**PEIX PLANXA**
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del temps**ARRÒS DE PAGÈS**
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps**ARRÒS AMB**
TOMÀQUET**PEIX PLANXA**
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
amb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)
PEIX AL FORN
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)
VEDELLA ESTOFADA
AMB PATATA

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET,
FORMATGE* I OLIVES**LLENTIES ESTOFADES**
AMB VERDURES I MILL*

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA**BOTIFARRA* AMB XIPS**
DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA**POSTRES SENSE OU NI**
CACAUET NI FRUIT
SECS

DIMECRES

ESPAGUETIS S/OU AL
AMB OLI I ALFÀBREGA**PEIX AL FORN**
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps**CIGRONS ESTOFATS**
AMB ESPINACS I
PATATA**POLLASTRE PLANXA**
amb amanida
Fruita del temps**CREMA DE**
PASTANAGA
amb crostons de pa*
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del temps**SOPA DE PASTA S/OU****GALL D'INDI AL FORN**
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

BROCOLI AMB
PATATA**GALL D'INDI AMB**
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)
POLLASTRE
ARREBOSSAT S/OU
CASOLÀ
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives
Fruita del temps**CIGRONS AMB**
HORTALISSES (col,
ceba, porro i carbassa)**LLOM PLANXA**
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
crostons, formatge* a daus i
vinagreta suau)
LLENTIES GUISADES
AMB PASTANAGA, CEBA
I PEBRE VERMELL I
COSTELLA
logurt o got de llet

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANA S/OU**PEIX AL FORN**
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge
logurt o got de llet**TRINXAT DE COL I**
PATATA**POLLASTRE ROSTIT**
amb tomàquet amanit

logurt o got de llet

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI OU
NI CACAUET

SENSE CARN

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUETTRUITA DE
CARBASSÓ I PATATA
amb amanida
Fruita del tempsAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de gira-sol, crostons,
panses i olives)ESPAGUETIS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES

Fruita del temps

ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del tempsARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del tempsARRÒS AMB
TOMÀQUETTRUITA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
amb crostons de pa
PEIX AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)PEIX AL FORN
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)PEIX PLANXA
AMB PATATA

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET,
FORMATGE I OLIVESLLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSAPEIX PLANXA AMB XIPS
DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA

FLAM

DIMECRES

ESPAGUETIS AL
PESTOPEIX AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol
Fruita del tempsCIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATATRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA
amb crostons de pa
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del tempsSOPA DE PASTA
BROU VEGETALPEIX AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

BROCOLI AMB
PATATATRUITA DE
FORMATGE
AMB AMANIDA

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)PEIX ARREBOSSAT
CASOLÀ
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives
Fruita del tempsCIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i carbassa)TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, crostons, formatge
a daus i vinagreta suau)
LLENTIES GUISADES
AMB PASTANAGA,
CEBA I PEBRE
VERMELL S/CARN
logurt o got de llet

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANAPEIX AL FORN
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge
logurt o got de lletTRINXAT DE COL I
PATATA S/CARNPEIX PLANXA
amb tomàquet amanit

logurt o got de llet

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
CARN.

SENSE PORC

Octubre

DEL 2 AL 6
D'OCTUBREDEL 9 AL 13
D'OCTUBREDEL 16 AL 20
D'OCTUBREDEL 23 AL 27
D'OCTUBREDEL 30 AL 31
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUETTRUITA DE
CARBASSÓ I PATATA
amb amanida
Fruita del tempsAMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de gira-sol, crostons,
panses i olives)ESPAGUETIS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES

Fruita del temps

ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam, i
pastanaga
Fruita del tempsARRÒS DE PAGÈS
(sofregit de tomàquet i
ceba amb coliflor i
pastanaga i brou d'au)
PEIX A L'ALLET
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del tempsARRÒS AMB
TOMÀQUETTRUITA FRANCESA
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMARTS

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
amb crostons de pa
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga al forn

Fruita del temps

ARRÒS TRICOLOR (amb
pèsols, pastanaga i blat de
moro)PEIX AL FORN
amb patates, ceba i
tomàquet al forn

Fruita del temps

VERDURA TRICOLOR
(pastanaga, coliflor i
brocoli)VEDELLA ESTOFADA
AMB PATATA

Fruita del temps

AMANIDA DE
TOMÀQUET,
FORMATGE I OLIVESLLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSAPEIX PLANXA AMB XIPS
DE MONIATO,
REMOLATXA I XIRIVIA

FLAM

DIMECRES

ESPAGUETIS AL
PESTOPEIX AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol
Fruita del tempsCIGRONS ESTOFATS
AMB ESPINACS I
PATATATRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA
amb crostons de pa
MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES
(tomàquet, ceba, pebrot
verd i vermell)
Fruita del tempsSOPA DE PASTA
BROU D'AU
GALL D'INDI AL FORN
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

DIJOUS

BROCOLI AMB
PATATAGALL D'INDI AMB
SALSETA DE
PASTANAGA I XIRIVIA

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS ESTIL ASIÀTIC
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb amanida de
pastanaga, blat de moro i
olives
Fruita del tempsCIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i carbassa)TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA (enciam,
pastanaga ratllada, olives,
panses, crostons, formatge
a daus i vinagreta suau)
LLENTIES GUISADES
AMB PASTANAGA,
CEBA I PEBRE
VERMELL S/CARN
logurt o got de llet

FESTIU

CIGRONS A LA
CATALANAPEIX AL FORN
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge

logurt o got de llet

TRINXAT DE COL I
PATATA S/PORCPOLLASTRE ROSTIT
amb tomàquet amanit

logurt o got de llet

** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
PORC