

SENSE PLÀTAN NI LLEGUMS

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS

PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet

logurt / Got de llet

CREMA DE CARBASSA

TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga

logurt / Got de llet

PATATES GUISADES
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida

logurt / Got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
*CARBONARA (S/BACÓ)

TRUITA CAMPEROLA
amb amanida

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES

ARRÒS GUISAT AMB
VERDURES I
POLLASTRE

Fruita del temps NO
PLÀTAN

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

*SALSITXES DE PORC
AL FORN amb amanida
d'enciam i olives

Fruita del temps NO
PLÀTAN

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
GRATINATS

PEIX A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps NO
PLÀTAN

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS I (S/CIGRONS)

POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu

*POSTRE LÀCTIC

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

PATATES ESTOFADES
AMB *PERNIL

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida

Fruita del temps NO
PLÀTAN

DIVENDRES

PATATES GUISADES
AMB ESPINACS

GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro

Fruita del temps NO
PLÀTAN

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(S/PÈSOLS)

FRICANDÓ
DE VEDELLA

Fruita del temps NO
PLÀTAN



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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE PEIX NI MARISC

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE
DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE
DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet
logurt / Got de llet

CREMA DE CARBASSA
TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga
logurt / Got de llet

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida
logurt / Got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
CARBONARA
TRUITA CAMPEROLA
amb amanida
Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS
Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET
SALSITXES DE PORC AL
FORN amb amanida
d'enciam i olives
Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
GRATINATS
GALL DINDI A L'ALLET
amb amanida
Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS I CIGRONS
POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu
POSTRES NADALENCES

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB PERNIL
POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS
GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro
Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
FRICANDÓ
DE VEDELLA
Fruita del temps



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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat



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

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE
DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE
DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
DESEMBRE

DILLUNS

ARRÓS AMB BOLETS
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet
logurt / Got de llet

CREMA DE CARBASSA
TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga
logurt / Got de llet

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida
logurt / Got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
CARBONARA
(S/FORMATGE)
TRUITA CAMPEROLA
amb amanida
Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
(S/FORMATGE)
POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÓS
Fruita del temps

ARRÓS AMB
TOMÀQUET
SALSITXES DE PORC AL
FORN amb amanida
d'enciam i olives
Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
(S/GRATINAR)
GALL DINDI A L'ALLET
amb amanida
Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS I CIGRONS
POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu
POSTRES NADALENCES

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB PERNIL
POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS
GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro
Fruita del temps

FESTIU

ARRÓS TRES COLORS
FRICANDÓ
DE VEDELLA
Fruita del temps



** 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**

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE
DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE
DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
DESEMBRE

DILLUNS

ARRÓS AMB BOLETS

PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet

logurt / Got de llet

CREMA DE CARBASSA

TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga

logurt / Got de llet

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida

logurt / Got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
*CARBONARA

TRUITA CAMPEROLA
amb amanida

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES

POTATGE DE
MONGETES BLANQUES
AMB ARRÓS

Fruita del temps

ARRÓS AMB
TOMÀQUET

*SALSITXES DE PORC
AL FORN amb amanida
d'enciam i olives

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
GRATINATS

PEIX A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS I CIGRONS

POLLASTRE A LA
CATALANA (S/PRUNES)
amb patata caliu

*POSTRE LÀCTIC

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB *PERNIL

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS

GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro

Fruita del temps

FESTIU

ARRÓS TRES COLORS

FRICANDÓ
DE VEDELLA

Fruita del temps



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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat



SENSE GLUTEN

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS
PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet
logurt / Got de llet

CREMA DE CARBASSA
TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga
logurt / Got de llet

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida
logurt / Got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
(S/GLUTEN)
CARBONARA
TRUITA CAMPEROLA
amb amanida
Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
POTATGE DE
MONGETES BLANQUES
AMB ARRÒS
Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET
*SALSITXES DE PORC
AL FORN amb amanida
d'enciam i olives
Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
(S/GLUTEN)
AMB TOMÀQUET
GRATINATS
PEIX A L'ALLET
amb amanida
Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS (S/GLUTEN) I
CIGRONS
POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu
*POSTRES NADALENCES

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB *PERNIL
POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS
GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro
Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORES
FRICANDÓ
DE VEDELLA
(S/GLUTEN)
Fruita del temps



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI GLUTEN



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat



SENSE LACTOSA

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS

PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet

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

CREMA DE CARBASSA
(S/LACTOSA)

TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga

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

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida

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

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
CARBONARA
(S/LACTOSA)

TRUITA CAMPEROLA
amb amanida

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
(formatge S/LACTOSA)

POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

*SALSITXES DE PORC
AL FORN amb amanida
d'enciam i olives

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
GRATINATS **S/LACTOSA**

PEIX A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS I CIGRONS

POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu

*POSTRES NADALENCES
S/LACTOSA

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB *PERNIL

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS

GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS

FRICANDÓ
DE VEDELLA

Fruita del temps



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI LACTOSA



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE LACTOSA I BAIX EN
FRUCTOSA I SORBITOL

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE
DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE
DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB OLI I
BOLETS

PEIX AL FORN
amb enciam

logurt S/LACTOSA / got
de llet S/LACTOSA

CREMA DE CARBASSA
(S/LACTOSA)

TRUITA DE PATATA
amb ENCIAM I OLIVES

logurt S/LACTOSA / got
de llet S/LACTOSA

CREMA DE MONGETA
BLANCA I VERDURES
(S/LACTOSA)

TRUITA A LA FRANCESA
amb ENCIAM I OLIVES

logurt S/LACTOSA / got
de llet S/LACTOSA

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
CARBONARA
(S/LACTOSA, S/BACÓ)

TRUITA FRANCESA
amb ENCIAM I OLIVES

Fruita del temps*

TIMBAL DE VERDURES
(formatge S/LACTOSA)

ARRÒS GUISAT AMB
VERDURES, LLENTIES I
POLLASTRE

Fruita del temps*

ARRÒS AMB BRÒQUIL

*SALSITXES DE PORC
AL FORN amb amanida
d'enciam i olives

Fruita del temps*

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS BLANCS
AMB OLI I ORENGA
GRATINATS S/LACTOSA

PEIX A L'ALLET
amb ENCIAM I OLIVES

Fruita del temps*

DINAR DE NADAL

ESCUDELLA AMB
GALETS I CIGRONS

POLLASTRE A LA
CATALANA (sense
prunes) amb patata caliu

*POSTRES LÀCTICS
S/LACTOSA

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS AMB OLI
S/CEBA NI PORRO

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb ENCIAM I OLIVES

Fruita del temps*

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS I OLI
(s/ceba, s/tomàquet)

GALL DINDI AL FORN
amb ENCIAM I OLIVES

Fruita del temps*

FESTIU

ARRÒS TRES COLORES
(BRÒQUIL,
XAMPINYONS I
CARBASSÓ)

*LLOM ARREBOSSAT
CASOLÀ amb ENCIAM I
OLIVES

Fruita del temps*



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI LACTOSA, FRUCTOSA NI SORBITOL
FRUITA PERMESA: TARONJA, PRÉSSEC, ALBERCOC, MELÓ, SÍNDRIA, MADUIXA, MORA, GERS, PINYA, COCO, SU DE LLIMONA, POMA PETITA, PLÀTAN PETIT, KIWI, MAGRANA,
NO: SALSES, FRUITA DESSECADA, PRECUINATS, EMBOTITS, SALSITXES, HAMBURGUESES, PASTISSERIA, ALMÍVARS, MELMELADES, SUCS, IOGURTS DE SABORS O AMB EDULCORANTS
TOMÀQUET, PASTANAGA, NAP, MONIATO, REMOLATXA, BLAT DE MORO, COGOMBRETS, PEBROT, CEBA, PÈSOLS, MONGETA VERDA



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat



SENSE PROTEÏNA DE LLET DE VACA

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS

PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
(S/LÀCTICS)

TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga

Fruita del temps

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
CARBONARA VEGETAL
(S/LÀCTICS, S/BACÓ)

TRUITA CAMPEROLA
amb amanida

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
(S/FORMATGE)

POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLOM AL FORN amb
amanida d'enciam i olives

Fruita del temps



DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
(S/GRATINAR)

PEIX A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS I CIGRONS

POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu

*POSTRES NADALENCES
S/LÀCTICS / Fruita del
temps

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB *PERNIL

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS

GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS

FRICANDÓ
DE VEDELLA

Fruita del temps



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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE LÀCTICS, OU NI FRUITS SECS

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS
PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
(S/LÀCTICS)
GALL DINDI AL FORN
amb tomàquet i
pastanaga
Fruita del temps

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
PEIX A LA PLANXA
amb amanida
Fruita del temps

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES (S/OU)
CARBONARA VEGETAL
(S/LÀCTICS, S/BACÓ)
POLLASTRE AL FORN
amb amanida
Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
(S/FORMATGE)
POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS
Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET
LLOM AL FORN amb
amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS (S/OU)
*INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
(S/GRATINAR)
PEIX A L'ALLET
amb amanida
Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS (S/OU) I
CIGRONS
POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu
Fruita del temps

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB *PERNIL
POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS
GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro
Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
FRICANDÓ
DE VEDELLA
Fruita del temps



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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE LÀCTICS, OU

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS
PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
(S/LÀCTICS)
GALL DINDI AL FORN
amb tomàquet i
pastanaga
Fruita del temps

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
PEIX A LA PLANXA
amb amanida
Fruita del temps

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES (S/OU)
CARBONARA VEGETAL
(S/LÀCTICS, S/BACÓ)
POLLASTRE AL FORN
amb amanida
Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
(S/FORMATGE)
POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS
Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET
LLOM AL FORN amb
amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS (S/OU)
*INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
(S/GRATINAR)
PEIX A L'ALLET
amb amanida
Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS (S/OU) I
CIGRONS
POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu
*POSTRES NADALENCES
S/LÀCTICS / Fruita del
temps

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB *PERNIL
POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS
GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro
Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
FRICANDÓ
DE VEDELLA
Fruita del temps



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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE OU, FRUITS SECS NI
CACAUET

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE
DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE
DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS

PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet

logurt / got de llet

CREMA DE CARBASSA

GALL DINDI AL FORN
amb tomàquet i
pastanaga

logurt / got de llet

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES

PEIX A LA PLANXA
amb amanida

logurt / got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES (S/OU)
CARBONARA

POLLASTRE AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES

POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

***SALSITXES DE PORC
AL FORN AL FORN** amb
amanida d'enciam i olives

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS (S/OU)
***INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
*GRATINATS**

PEIX A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS (S/OU) I
CIGRONS

POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu

***POSTRES NADALENCES
S/LÀCTICS / Fruita del
temps**

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB *PERNIL

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida

Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS

GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro

Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS

FRICANDÓ
DE VEDELLA

Fruita del temps



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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE CARN

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS
PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet
logurt / Got de llet

CREMA DE CARBASSA
TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga
logurt / Got de llet

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida
logurt / Got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
CARBONARA (S/BACÓ)
TRUITA CAMPEROLA
amb amanida
Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS
Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET
PEIX AL FORN amb
amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
GRATINATS
PEIX A L'ALLET
amb amanida
Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA DE BROU
DE VERDURES AMB
GALETS I CIGRONS
PEIX A LA CATALANA
(amb prunes)
amb patata caliu
POSTRES NADALENCES

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB CEBA
TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS
PEIX ESTOFAT
amb pastanaga i porro
Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
PEIX AL FORN amb
amanida
Fruita del temps



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI CARN.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

OVOLACTOVEGETARIÀ

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS
TOFU AL FORN
amb enciam i tomàquet
logurt / Got de llet

CREMA DE CARBASSA
TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga
logurt / Got de llet

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida
logurt / Got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
CARBONARA (**S/BACÓ**)
TRUITA CAMPEROLA
amb amanida
Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS
Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET
TOFU AL FORN amb
amanida d'enciam i olives
Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
GRATINATS
TRUITA DE VERDURES
amb amanida
Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA DE **BROU**
DE VERDURES AMB
GALETS I CIGRONS
SEITÀ A LA CATALANA
(amb prunes)
amb patata caliu
POSTRES NADALENCES

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB **CEBA**
TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

**CREMA DE
PASTANAGA**
CIGRONS AMB
ESPINACS
Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
SEITÀ AL FORN amb
amanida
Fruita del temps



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI CARN, NI PEIX.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat



SENSE PORC

Desembre

CANIGÓ

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos




Productes
frescos i de
temporada



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
PORC

 @tenomenjadors

 @Teno_menjadors

 @tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE PORC

Desembre

CANIGÓ

1 DE DESEMBRE

DEL 4 AL 8 DE DESEMBRE

DEL 11 AL 15 DE DESEMBRE

DEL 18 AL 22 DE DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB BOLETS
PEIX AL FORN
amb enciam i tomàquet
logurt / Got de llet

CREMA DE CARBASSA
TRUITA DE PATATA
amb tomàquet i
pastanaga
logurt / Got de llet

MONGETES BLANQUES
AMB VERDURES
TRUITA A LA FRANCESA
amb amanida
logurt / Got de llet

Al fred,
un àpat
calent.
Llegums,
viandes i
caldos

DIMARTS

TALLARINES
CARBONARA (S/BACÓ)
TRUITA CAMPEROLA
amb amanida
Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
POTATGE DE LLENTIES
AMB ARRÒS
Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET
SALSITXES DE'AU AL
FORN amb amanida
d'enciam i olives
Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

MACARRONS
INTEGRALS AMB
TOMÀQUET
GRATINATS
PEIX A L'ALLET
amb amanida
Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA (S/PORC)
AMB GALETS I CIGRONS
POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patata caliu
*POSTRES NADALENCES

Productes
frescos i de
temporada

DIJOUS

FESTIU

CIGRONS ESTOFATS
AMB GALL DINDI
POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ
amb amanida
Fruita del temps

DIVENDRES

CIGRONS AMB
ESPINACS
GALL DINDI ESTOFAT
amb pastanaga i porro
Fruita del temps

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
FRICANDÓ
DE VEDELLA
Fruita del temps



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI PORC



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

