



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 Arròs blanc amb sofregit de tomàquet Filet de lluç planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	2 Lenties guisades amb hortalisses salsitxes amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	3 Barrejada amb pasta S/G Trita de formatge enciam i pastanaga ratllada Fruita de temporada
6 Espaguetis S/G al pesto Filet de llenguadina amb enciam i olives iogurt de granja	7 Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols, olives) Estofat de porc guisats amb bolets Fruita de temporada	8 Puré de verdures amb carbassa Trita francesa amb pernil dolç amb enciam Fruita de temporada	9 Brou de verdures amb pasta S/G Rodo de gall dindi rostit al forn amb salsa Fruita de temporada	10 Cigrons guisats amb hortalisses F.de lluç amb enciam i olives Fruita de temporada
13 Crema de pastanaga amb rostos Mandonguilles mixtes amb bolets Fruita de temporada	14 ENS HO MENGEM TOT Macarrons s/g amb tomàquet Pollastre rostit al forn amb enciam i olives Fruita de temporada	16 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	17 Lenties amb sofregit de verdures hamburguesa de verdures amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	18 Mongetes tendra amb patates Pizza especial s/g (mozzarella, Pernil dolç)) Fruita de temporada
20 FESTA	21 Espaguetis s/g amb formatge Raves de calamars amb enciam i tomàquet iogurt de granja	22 Brou amb verdures i grapat de cigrons Trita de carbassa i ceba amb enciam i olives Fruita de temporada	23 Paella d'hortalisses (pastanaga, carbassa, porros) Filet de lluç planxa amb salsa de tomàquet Fruita de temporada	24 JORNADA DE BRASIL FEIJOADA DAUS DE CARN A L'ESTIL DE BRASIL AMB PATATES Macedonia amb pinya
27 Arròs amb sofregit de tomàquet Botifarra de pagès al forn amb enciam i olives Fruita de temporada	28 Menu triat per 6è Pasta s/gluten filet de lluç amb amanida macedonia de fruites	 Seguim el projecte de: Ens ho mengem tot per evitar el malbaratament alimentari al menjador		

La **fruita** serà de **proximitat** : poma, pera taronja, mandarina
Serà ecològic : arròs pastes i llegums

iogurt de granja sense sucre km 0
10 de Febrer és el dia internacional dels llegums a les guies alimentàries els llegums ocupen un lloc prioritari. Son un aliment ric en hidrats de carboni i ric en proteïnes. Son uns substituïts ideals de les carns.

Aquests mes proposem la **Jornada del Brasil**
Esperem que els infants gaudeixin de les activitats i del menjar

Menu validat per dietistes nutricionistes : Cat nº0681