



Dilluns

3

Dimarts

4

Dimecres

5

Dijous

6

Divendres

7

10

11

12

13

14

Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat  
Trita a la francesa  
Enciams variats amanits amb tomàquet i pastanaga  
logurt natural

i per sopar...  
Amanida de tomàquet, nous i olives  
Porc amb salsa de formatge  
Fruita de temporada

Arròs amb verdures  
Filet de lluç a la planxa  
Enciams variats amanits amb col llombarda i api  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Col amb patata  
Ous durs amb salsa de tomàquet  
Fruita de temporada

Mongeta tendra amb patata  
Cruixents de pollastre arrebossat casolans  
Enciams variats amanits amb tomàquet vermell i olives negres  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa de verdures amb pistons  
Sardines fresques al forn  
Llesca de pa amb tomàquet  
Fruita de temporada

Mongetes seques estofades amb pastanagues  
Hamburguesa de vedella a la planxa  
Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Cuscús amb hortalisses i fruita seca esmicolada  
Fruita de temporada

17

18

19

20

21

Pèsols guisats amb patates  
Filet de gall dindi arrebossat  
Enciams variats amanits amb remolatxa i blat de moro  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida de quinoa, pastanaga, blat de moro, alvocat, xerri i olives negres  
Fruita de temporada

Risotto de formatges  
Peix fresc de Mercat  
Rodanxetes de tomàquet i olives verdes amanides amb oli d'oliva i orenga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de porros i rostes de pa  
Filet de gall dindi a la planxa amb compota de poma i canyella  
Fruita de temporada

Crema de verdures de temporada  
amb rostes de pa al forn  
Lasanya amb bolonyesa vegetal  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida verda d'hortalisses  
Sopa barrejada (verdures i carn del caldo amb pistons)  
Fruita de temporada

Cigrons bullits amb oli d'oliva  
Trita de pernil cuit  
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Espinacs amb cigrons, panses i pinyons  
Tirètes d'alvocat i pastanaga ratllada  
Fruita de temporada

Sopa de lletres  
Broqueta de pollastre a la planxa amb salsa quètxup  
Enciams variats amanits amb col llombarda i blat de moro  
Pastís de Sant Jordi

i per sopar...  
Saltat de verdura i patata de temporada  
Seitons al forn amb all i julivert  
Fruita de temporada

24

25

26

27

28

Mongeta tendra amb patata  
Fideuà de peix amb salsa alloli  
Enciams variats amanits amb tomàquet verd i col llombarda  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Sopa d'au amb arròs  
Trita de pebrots  
Fruita de temporada

Lenties estofades amb patates  
Peix fresc de Mercat  
Enciams variats amanits amb cogombre i pastanaga  
logurt natural

i per sopar...  
Crema de carbassa amb rostes cruixents  
Bistec de vedella a la planxa  
Guacamole amb torradeta de pa  
Fruita de temporada

Crema de verdures de temporada  
amb rostes de pa al forn  
Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles  
Patates a grills al forn amb espècies  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Coliflor al vapor  
Falafel al forn  
Patata al caliu  
Fruita de temporada

Sopa de lluç amb pistons  
Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Amanida variada  
Orada al forn amb moniato  
Fruita de temporada

Arròs integral amb salsa de tomàquet  
Trita de patata i fonoll  
Enciams variats amanits amb raves i pastanaga  
Fruita de temporada

i per sopar...  
Crema de pastanaga  
Llibrets de gall dindi  
Fruita de temporada

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorem, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates