

## GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns  | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|--|--|---|--|---|
|  |  |   |  | <b>8</b>  |
|  |  |   |  | Macarrons ECO a la napolitana sense sal   |
|  |  |   |  | Bacallà a la planxa amb samfaina sense sal                                      |
|  |  |   |  | Fruita de temporada   |
| <b>11</b>  | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata (amb rostes de pà) sense sal                            | Paella de peix amb arròs ECO sense sal   | Cigrons ECO estofats amb verdures sense sal   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga) sense sal                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre sense sal                               |
| Pollastre a la planxa amb amanida  | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets sense sal  | Truita francesa sense sal amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa sense sal amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn sense sal amb salsa i amanida de remolatxa i cogombre             |
| Fruita de temporada ECO  | Fruita de temporada  | logurt natural  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>  | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades sense sal   | Crema de porros (amb rostes de pà) sense sal   | Patates estofades amb costella sense sal  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet sense sal  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix sense sal                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet sense sal amb amanida d'enciam i pastanaga | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) sense sal                                       | Lluç al forn amb llit de verdures sense sal   | Truita de carbassó sense sal amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa sense sal amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada  | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | Formatge fresc amb fruits secs   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>  | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola sense sal   | Mongetes ECO estofades sense sal   | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa) sense sal                                  | Crema de carbassó (amb rostes de pà) sense sal                                     | Macarrons integrals ECO al pesto sense sal                                      |
| Lluç arrebossat amb bledes saltejades amb all sense sal                              | Hamburguesa de vedella sense sal qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat sense sal amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates sense sal amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba sense sal         |
| Fruita de temporada  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |

## GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns  | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|--|--|---|--|---|
|  |  |   |  | <b>8</b>  |
|  |  |   | Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)              |   |
|  |  |   | Truita de patates amb samfaina   |   |
|  |  |   | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>  | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata (amb rostes de pà)                            | Arròs ECO amb verdures   | Cigrons ECO estofats amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Pollastre a la planxa amb assortit d'enciams i fruita de temporada         | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets  | Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Truita de carbassó amb amanida de pastanaga i cogombre                |
| Fruita de temporada ECO  | Fruita de temporada  | logurt natural  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>  | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades   | Crema de porros (amb rostes de pà)   | Patates estofades amb costella  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou vegetal                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc)                                       | Pollastre arrebossat amb assortit d'enciams                                   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada  | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | Formatge fresc amb fruits secs   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>  | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola   | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                                  | Crema de carbassó (amb rostes de pà)                                     | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Croquetes de pollastre amb bledes saltejades amb all                       | Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatza                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Pollastre al forn amb tomàquet, patates i ceba                        |
| Fruita de temporada  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|  |  |   |  |   |

Derivació-  
NO CARN

## GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns  | dimarts  | dimecres  | dijous  | divendres   |
|--|--|---|---|---|
|  |  |   |   | <b>8</b>  |
|  |  |   | Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part) |   |
|  |  |   | Croquetes de bacallà amb samfaina                           |   |
|  |  |   | Fruita de temporada   |   |
| <b>11</b>  | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>   | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata (amb rostes de pà)                          | Paella de peix amb arròs ECO                           | Cigrons ECO estofats amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)              | Sopa de pasta ECO amb brou vegetal                            |
| Rabes de sipia arrebossades amb assortit d'enciams i fruita de temporada | Lluç a la planxa amb xampinyons saltejats              | Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Bunyols de bacallà amb amanida d'enciam i col lombarda      | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre             |
| Fruita de temporada ECO  | Fruita de temporada                                    | logurt natural  | Fruita de temporada ECO                                     | Macedònia natural   |
| <b>18</b>  | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>   | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades   | Crema de porros (amb rostes de pà)                     | Patates estofades amb verdures  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet                             | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                            |
| Bacallà arrebossat amb amanida d'enciam i pastanaga                      | Espirals ECO a la napolitana                           | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                   | Lluç a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro       |
| Fruita de temporada  | Fruita de temporada                                    | Fruita de temporada ECO   | Formatge fresc amb fruits secs                              | Fruita de temporada ECO                                       |
| <b>25</b>  | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>   | <b>29</b>   |
| Arròs ECO amb verdures   | Mongetes ECO estofades                                 | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                                  | Crema de carbassó (amb rostes de pà)                        | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)            |
| Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all                 | Truita francesa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa                             | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges           | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba |
| Fruita de temporada  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella                            | Fruita de temporada ECO                                       |
|  |  |   |   |   |

## GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns  | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|--|--|---|--|---|
|  |  |   |  | <b>8</b>  |
|  |  |   | Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)              |   |
|  |  |   | Croquetes de bacallà amb samfaina  |   |
|  |  |   | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>  | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata (amb rostes de pà)                            | Paella de peix amb arròs ECO   | Cigrons ECO estofats amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Rabes de sipia arrebossades amb assortit d'enciams i fruita de temporada   | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets  | Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO  | Fruita de temporada  | logurt natural  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>  | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades   | Crema de porros (amb rostes de pà)   | Patates estofades amb verdures  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga | Espirals ECO a la napolitana   | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada  | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | Formatge fresc amb fruits secs   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>  | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO amb verdures   | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pèsol, patata i pastanaga)                                  | Crema de carbassó (amb rostes de pà)                                     | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all                   | Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|  |  |   |  |   |

## GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns   | dimarts  | dimecres   | dijous  | divendres   |
|---|--|--|---|---|
|   |  |  |   | <b>8</b>  |
|   |  |  | Macarrons sense gluten a la napolitana<br><br>Truita de patates amb samfaina<br><br>Fruita de temporada   |   |
| <b>11</b>   | <b>12</b>  | <b>13</b>  | <b>14</b>   | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata amb rostres de pà sense gluten<br><br>Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada<br>Fruita de temporada ECO | Paella de peix amb arròs ECO<br><br>Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets<br><br>Fruita de temporada                             | Cigrons ECO estofats amb verdures<br><br>Truita francesa a/llesques de pà sense gluten amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges<br>logurt natural            | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)<br><br>Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda<br><br>Fruita de temporada ECO | Sopa de pasta sense gluten amb brou de pollastre<br><br>Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre<br><br>Macedònia natural                      |
| <b>18</b>   | <b>19</b>  | <b>20</b>  | <b>21</b>   | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades<br><br>Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada   | Crema de porros amb rostres de pà sense gluten<br><br>Pasta sense gluten a la bolonyesa (carn de porc)<br><br>Fruita de temporada    | Patates estofades amb costella<br><br>Lluç al forn amb llit de verdures<br><br>Fruita de temporada ECO   | Arròs ECO amb salsa de tomàquet<br><br>Truita de carbassó amb assortit d'enciams<br><br>logurt natural  | Sopa de pasta sense gluten amb brou de peix<br><br>Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro<br><br>Fruita de temporada ECO |
| <b>25</b>   | <b>26</b>  | <b>27</b>  | <b>28</b>   | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola<br><br>Lluç arrebossat sense gluten amb maionesa i bledes saltejades amb all<br>Fruita de temporada  | Mongetes ECO estofades<br><br>Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives<br>logurt natural | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)<br><br>Pollastre arrebossat amb farina sense gluten i amanida d'enciam i remolatxa<br><br>Fruita de temporada ECO | Crema de carbassó amb rostres de pà sense gluten<br><br>Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges<br><br>Rodanxes de taronja amb canyella             | Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega)<br><br>Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba<br><br>Fruita de temporada ECO   |
|   |  |  |   |   |

**GUERAU DE LIOST**

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns   | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|---|--|---|--|---|
|   |  |   |  | <b>8</b>  |
|   |  |   |  | Macarrons ECO a la napolitana (sense formatge)                        |
|   |  |   |  | Truita de patates amb samfaina  |
|   |  |   |  | Fruita de temporada   |
| <b>11</b>   | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata  | Paella de peix amb arròs ECO   | Cigrons ECO estofats amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets  | Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO   | Fruita de temporada  | logurt de soja  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>   | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades  | Crema de porros sense lactosa  | Patates estofades amb costella  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga        | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc)                                       | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada   | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | logurt de soja   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>   | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola  | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                                  | Crema de carbassó  | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Bacallà arrebossat amb bledes saltejades  | Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada   | logurt de soja   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|   |  |   |  |   |

**GUERAU DE LIOST**

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns   | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|---|--|---|--|---|
|   |  |   |  | <b>8</b>  |
|   |  |   |  | Macarrons ECO a la napolitana (sense formatge)                        |
|   |  |   |  | Truita de patates amb samfaina  |
|   |  |   |  | Fruita de temporada   |
| <b>11</b>   | <b>12</b>                                      | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata  | Paella de peix amb arròs ECO                   | Cigrons ECO estofats amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada | Lluç a la planxa amb xampinyons saltejats      | Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO   | Fruita de temporada                            | logurt de soja  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>   | <b>19</b>                                      | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades  | Crema de porros sense lactosa                  | Patates estofades amb costella de porc  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga        | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada   | Fruita de temporada                            | Fruita de temporada ECO   | logurt de soja   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>   | <b>26</b>                                      | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO amb verdures  | Mongetes ECO estofades                         | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                                  | Crema de carbassó  | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Bacallà arrebossat amb bledes saltejades  | Crema de verdures                              | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada   | logurt de soja                                 | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|   |  |   |  |   |

Derivació-

**SENSE GLUTEN + SENSE LACTOSA**

**GUERAU DE LIOST**

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns  | dimarts  | dimecres   | dijous  | divendres   |
|--|--|--|---|---|
|  |  |  |   | <b>8</b><br>Macarrons ECO a la napolitana (sense formatge)<br><br>Truita de patates amb samfaina<br><br>Fruita de temporada                             |
| <b>11</b>  | <b>12</b>  | <b>13</b>  | <b>14</b>   | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata amb rostes de pa sense gluten<br><br>Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada<br>Fruita de temporada ECO | Paella de peix amb arròs ECO<br><br>Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets<br><br>Fruita de temporada                                       | Cigrons ECO estofats amb verdures<br><br>Truita francesa a/llesques de pa sense gluten amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges<br>logurt de soja            | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)<br><br>Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda<br><br>Fruita de temporada ECO | Sopa de pasta sense gluten amb brou de pollastre<br><br>Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre<br><br>Macedònia natural                      |
| <b>18</b>  | <b>19</b>  | <b>20</b>  | <b>21</b>   | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades<br><br>Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada  | Crema de porros sense lactosa amb rostes de pa sense gluten<br><br>Pasta sense gluten a la bolonyesa (carn de porc)<br><br>Fruita de temporada | Patates estofades amb costella<br><br>Lluç al forn amb llit de verdures<br><br>Fruita de temporada ECO   | Arròs ECO amb salsa de tomàquet<br><br>Truita de carbassó amb assortit d'enciams<br><br>logurt de soja  | Sopa de pasta sense gluten amb brou de peix<br><br>Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro<br><br>Fruita de temporada ECO |
| <b>25</b>  | <b>26</b>  | <b>27</b>  | <b>28</b>   | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola<br><br>Bacallà arrebossat amb farina sense gluten amb bledes saltejades<br>Fruita de temporada  | Mongetes ECO estofades<br><br>Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives<br>logurt de soja           | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)<br><br>Pollastre arrebossat amb farina sense gluten i amanida d'enciam i remolatxa<br><br>Fruita de temporada ECO | Crema de carbassó amb rostes de pa sense gluten<br><br>Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges<br><br>Rodanxes de taronja amb canyella              | Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega)<br><br>Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba<br><br>Fruita de temporada ECO   |



## GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns  | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|--|--|---|--|---|
|  |  |   |  | <b>8</b>  |
|  |  |   | Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)              |   |
|  |  |   | Truita de patates amb samfaina   |   |
|  |  |   | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>  | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata   | Paella de peix amb arròs ECO   | Cigrons ECO estofats amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Rabes de sipia arrebossades amb assortit d'enciams i fruita de temporada   | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets  | Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO  | Fruita de temporada  | logurt natural  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>  | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades   | Crema de porros  | Patates estofades amb costella  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc)                                       | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada  | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>  | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola   | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                                  | Crema de carbassó  | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Bacallà arrebossat amb bledes saltejades                                   | Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|  |  |   |  |   |

**GUERAU DE LIOST**

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns   | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|---|--|---|--|---|
|   |  |   |  | <b>8</b>  |
|   |  |   | Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)              |   |
|   |  |   | Truita de patates amb samfaina   |   |
|   |  |   | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>   | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata  | Paella de peix amb arròs ECO   | Purè de patates natural   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets                            | Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO   | Fruita de temporada  | logurt natural  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>   | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i pastanaga)                             | Crema de porros  | Patates estofades amb costella  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga        | Lluç a la planxa amb pasta blanca                                    | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada   | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>   | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola sense pèsols   | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pastanaga, carbassó i patata)                               | Crema de carbassó  | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Bacallà arrebossat amb bledes saltejades  | Bistec de vedella a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada   | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|   |  |   |  |   |

Derivació-

**AL·LÈRGIA ALS FRUITS SECS + LLEGUMS**

**GUERAU DE LIOST**

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns   | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|---|--|---|--|---|
|   |  |   |  | <b>8</b>  |
|   |  |   | Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)              |   |
|   |  |   | Truita de patates amb samfaina   |   |
|   |  |   | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>   | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata  | Paella de peix amb arròs ECO   | Puré de patates natural   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets                            | Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO   | Fruita de temporada  | logurt natural  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>   | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i pastanaga)                             | Crema de porros  | Patates estofades amb costella (no pèsols)                                    | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga        | Lluç a la planxa amb pasta blanca                                    | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada   | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>   | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola sense pèsols   | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pastanaga, carbassó i patata)                               | Crema de carbassó  | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Bacallà arrebossat amb bledes saltejades  | Bistec de vedella a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada   | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|   |  |   |  |   |

## GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns  | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|--|--|---|--|---|
|  |  |   |  | <b>8</b>  |
|  |  |   | Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)              |   |
|  |  |   | Truita de patates amb samfaina   |   |
|  |  |   | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>  | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata   | Paella de peix amb arròs ECO   | Llenties estofades amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Rabes de sipia arrebossades amb assortit d'enciams i fruita de temporada   | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets  | Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO  | Fruita de temporada  | logurt natural  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>  | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades   | Crema de porros  | Patates estofades amb costella  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc)                                       | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada  | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | Formatge fresc amb fruits secs   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>  | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola   | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                                  | Crema de carbassó  | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Seitons arrebossats amb bledes saltejades amb all                          | Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|  |  |   |  |   |

## GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns   | dimarts  | dimecres  | dijous   | divendres   |
|---|--|---|--|---|
|   |  |   |  | <b>8</b>  |
|   |  |   | Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)              |   |
|   |  |   | Truita de patates amb samfaina   |   |
|   |  |   | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>   | <b>12</b>  | <b>13</b>   | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata (amb rostes de pà)                                   | Arròs ECO amb verdures   | Cigrons ECO estofats amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets  | Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Lluç al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                      |
| Fruita de temporada ECO   | Fruita de temporada  | logurt natural  | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>   | <b>19</b>  | <b>20</b>   | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades  | Crema de porros  | Patates estofades amb costella  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga        | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc)                                       | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams                                | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada   | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO   | Formatge fresc amb fruits secs   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>   | <b>26</b>  | <b>27</b>   | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola  | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                                  | Crema de carbassó (amb rostes de pà)                                     | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Bacallà arrebossat amb bledes saltejades  | Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat amb amanida d'enciam i remolatxa                         | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges                        | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada   | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|   |  |   |  |   |

**GUERAU DE LIOST**

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns   | dimarts  | dimecres   | dijous   | divendres   |
|---|--|--|--|---|
|   |  |  |  | <b>8</b>  |
|   |  |  | Macarrons ECO a la napolitana (sense formatge)                           |   |
|   |  |  | Bacallà a la planxa amb samfaina   |   |
|   |  |  | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>   | <b>12</b>  | <b>13</b>  | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata (amb rostes de pà casolanes)                         | Paella de peix amb arròs ECO   | Amanida d'enciam, canònges, tomàquet, tonyina i olives         | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets  | Cigrons ECO estofats amb verdures                              | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO   | Fruita de temporada  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>   | <b>19</b>  | <b>20</b>  | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades  | Crema de porros  | Patates estofades amb costella                                 | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga        | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) (sense formatge)                      | Lluç al forn amb llit de verdures                              | Lluç al forn amb carbassó i assortit d'enciams                           | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada   | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO  | logurt natural amb fruits secs   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>   | <b>26</b>  | <b>27</b>  | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola  | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                   | Crema de carbassó  | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Bacallà arrebossat sense ou amb bledes saltejades                                 | Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat sense ou amb amanida d'enciam i remolatxa | Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i canònges                         | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada   | logurt natural   | Fruita de temporada ECO  | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|   |  |  |  |   |

**GUERAU DE LIOST**

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns   | dimarts  | dimecres   | dijous   | divendres   |
|---|--|--|--|---|
|   |  |  |  | <b>8</b>  |
|   |  |  | Macarrons ECO a la napolitana (sense formatge)                           |   |
|   |  |  | Bacallà a la planxa amb samfaina   |   |
|   |  |  | Fruita de temporada  |   |
| <b>11</b>   | <b>12</b>  | <b>13</b>  | <b>14</b>  | <b>15</b>   |
| Crema de verdures amb patata  | Paella de peix amb arròs ECO   | Amanida d'enciam, canònges, tomàquet, tonyina i olives         | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)                           | Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre                               |
| Sipia a la planxa amb all i julivert amb assortit d'enciams i fruita de temporada | Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets  | Cigrons ECO estofats amb verdures                              | Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre                     |
| Fruita de temporada ECO   | Fruita de temporada  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO  | Macedònia natural   |
| <b>18</b>   | <b>19</b>  | <b>20</b>  | <b>21</b>  | <b>22</b>   |
| Llenties ECO estofades  | Crema de porros  | Patates estofades amb costella                                 | Arròs ECO amb salsa de tomàquet  | Sopa de pasta ECO amb brou de peix                                    |
| Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga        | Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) (sense formatge)                      | Lluç al forn amb llit de verdures                              | Lluç al forn amb carbassó i assortit d'enciams                           | Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro |
| Fruita de temporada   | Fruita de temporada  | Fruita de temporada ECO  | logurt natural   | Fruita de temporada ECO   |
| <b>25</b>   | <b>26</b>  | <b>27</b>  | <b>28</b>  | <b>29</b>   |
| Arròs ECO a la cassola  | Mongetes ECO estofades   | Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)                   | Crema de carbassó  | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)                    |
| Bacallà arrebossat sense ou amb bledes saltejades                                 | Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives | Pollastre arrebossat sense ou amb amanida d'enciam i remolatxa | Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i canònges                         | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba         |
| Fruita de temporada   | logurt natural   | Fruita de temporada ECO  | Rodanxes de taronja amb canyella   | Fruita de temporada ECO   |
|   |  |  |  |   |

**GUERAU DE LIOST**

menú tardor/hivern **GENER 2021**

| dilluns  | dimarts                                      | dimecres  | dijous  | divendres  |
|--|--|---|---|--|
|  |  |   |   | <b>8</b><br>Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)<br><br>Bacallà a la planxa amb samfaina<br><br>Fruita de temporada |
| <b>11</b>  | <b>12</b>                                    | <b>13</b>   | <b>14</b>   | <b>15</b>  |
| Crema de verdures amb patata (amb rostes de pà)          | Coliflor saltejada a l'allet amb pastanaga   | Cigrons ECO estofats amb verdures   | Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)    | Sopa de pasta ECO amb brou de verdures   |
| Rabes de sípia arrebossades amb samfaina                 | Paella de peix amb arròs ECO                 | Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges | Mongetes saltejades amb all i juliverd            | Salmó al forn amb amanida de pastanaga i cogombre  |
| Fruita de temporada ECO                                  | Fruita de temporada                          | logurt natural  | Fruita de temporada ECO                           | Macedònia natural  |
| <b>18</b>  | <b>19</b>                                    | <b>20</b>   | <b>21</b>   | <b>22</b>  |
| Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i pastanaga)    | Crema de porros (amb rostes de pà)           | Patates estofades amb verdures  | Arròs ECO amb salsa de tomàquet                   | Sopa de pasta ECO amb brou de peix   |
| Llenties ECO estofades                                   | Espirals ECO amb salsa de tomàquet i tonyina | Lluç al forn amb llit de verdures   | Truita de carbassó amb assortit d'enciams         | Tofu saltejat amb verdures   |
| Fruita de temporada                                      | Fruita de temporada                          | Fruita de temporada ECO   | Formatge fresc amb fruits secs                    | Fruita de temporada ECO  |
| <b>25</b>  | <b>26</b>                                    | <b>27</b>   | <b>28</b>   | <b>29</b>  |
| Arròs ECO amb verdures                                   | Crema de verdures de temporada               | Amanida caprese   | Crema de carbassó (amb rostes de pà)              | Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)   |
| Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all | Mongetes ECO estofades                       | Tofu estofat amb verdures   | Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges | Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba  |
| Fruita de temporada                                      | logurt natural                               | Fruita de temporada ECO   | Rodanxes de taronja amb canyella                  | Fruita de temporada ECO  |
|  |  |   |   |  |