

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
	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 quinoa saltejada	Truita de verdures de temporada amb amanida de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pa)	Patates estofades amb cap de llom	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 arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades	Crema de carbassó (amb rostes de pa)	Macarrons integrals ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Croquetes de pollastre amb bledes saltejades amb all	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Cigrons ECO estofats amb verdures
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Llenties ECO estofades	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideus ECO estofats amb verdures	Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Hamburguesa vegetal amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt de fruites	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO	Verdura tricolor (Bròquil, patata i pastanaga)			
Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
	Lluç a la planxa amb xampinyons saltejats	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Quinoa saltejada amb verdures i amb tofu	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pa)	Patates estofades amb verdures	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i pastanaga)	Espirals ECO amb salsa de tomàquet i tonyina	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Lluç arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO amb verdures	Mongetes vermelles ECO estofades	Crema de carbassó (amb rostes de pa)	Macarrons integrals ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)
Truita francesa amb amanida d'enciam i remolatxa	Crema de verdures de temporada	Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Cigrons ECO estofats amb bacallà
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Crema de verdures	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideuà amb fideus ECO	Llenties ECO estofades	Truita francesa amb assortit d'enciams i pastanaga	Daus de caella arrebossats amb patates al caliu	Truita de verdura de temporada amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Gelat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO	Cigrons ECO estofats			
Truita francesa amb tomàquet al forn	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pa)	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 amb salsa de tomàquet i tonyina	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO amb verdures	Mongetes vermelles ECO estofades	Crema de carbassó (amb rostes de pa)	Macarrons integrals ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)	Verdura tricolor (Pèsol, patata i pastanaga)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Cigrons ECO estofats amb bacallà
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Crema de verdures	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideuà amb fideus ECO	Llenties ECO estofades	Truita francesa amb assortit d'enciams i pastanaga	Daus de caella arrebossats amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt de fruites	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO	Cigrons ECO estofats			
Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita) Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats amb verdures Truita francesa a/llesques de pa sense gluten amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges iogurt natural	Mongeta tendra amb patata Contracuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada Fruita de temporada ECO	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega) Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada ECO	Crema de carbassa (amb rostes de pa sense gluten) Pasta sense gluten a la bolonyesa (carn de porc) Fruita de temporada	Patates estofades amb cap de llom Lluç al forn amb salsa verda i pèsols Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb assortit d'enciams iogurt natural	Sopa de pasta sense gluten amb brou de peix Pit de gall d'indi arrebossat sense gluten amb amanida de tomàquet i blat de moro Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada ECO	Mongetes vermelles ECO estofades Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives iogurt natural	Crema de carbassó amb rostes de pa sense gluten Lluç arrebossat sense gluten amb maionesa i bledes saltejades amb all Fruita de temporada ECO	Macarrons sense gluten a la napolitana Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges Rodanxes de taronja	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa) Cigrons ECO estofats amb bacallà Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives) Fideuà amb pasta sense gluten Fruita de temporada	Llenties ECO estofades Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada ECO	Mongeta tendra amb patata Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga iogurt de fruites	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api) Daus de caella arrebossats amb farina sense gluten i patates al caliu Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats Bacallà al forn amb llit de ceba i porro Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita) Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats amb verdures Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges logurt de soja	Mongeta tendra amb patata Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada Fruita de temporada ECO	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega) Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada ECO	Crema de carbassa (amb rostes de pa naturals) Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) Fruita de temporada	Patates estofades amb cap de llom Lluç al forn amb salsa verda i pèsols Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb assortit d'enciams logurt de soja	Sopa de pasta ECO amb brou de peix Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada ECO	Mongetes vermelles ECO estofades Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives logurt de soja	Crema de carbassó Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all Fruita de temporada ECO	Macarrons integrals ECO a la napolitana (sense formatge) Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges Rodanxes de taronja	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa) Cigrons ECO estofats amb bacallà Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida de tomàquet i tonyina (tomàquet, tonyina i olives) Fideuà amb fideus ECO Fruita de temporada	Llenties ECO estofades Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada ECO	Mongeta tendra amb patata Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga logurt de soja	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api) Daus de caella arrebossats amb patates al caliu Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats Bacallà al forn amb llit de ceba i porro Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita) Lluç a la planxa amb xampinyons saltejats Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats amb verdures Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges logurt de soja	Mongeta tendra amb patata Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada Fruita de temporada ECO	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega) Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada ECO	Crema de carbassa (amb rostes de pa naturals) Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) Fruita de temporada	Patates estofades amb cap de llom Lluç al forn amb salsa verda i pèsols Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb assortit d'enciams logurt de soja	Sopa de pasta ECO amb brou de peix Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO amb verdures Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada ECO	Mongetes vermelles ECO estofades Crema de verdures de temporada logurt de soja	Crema de carbassó Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all Fruita de temporada ECO	Macarrons integrals ECO a la napolitana (sense formatge) Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges Rodanxes de taronja	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa) Cigrons ECO estofats amb bacallà Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida de tomàquet i tonyina (tomàquet, tonyina i olives) Fideuà amb fideus ECO Fruita de temporada	Llenties ECO estofades Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada ECO	Mongeta tendra amb patata Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga logurt de soja	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api) Daus de caella arrebossats amb patates al caliu Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO Truita francesa amb tomàquet al forn Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats Bacallà al forn amb llit de ceba i porro Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pa naturals)	Patates estofades amb cap de llom	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 salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades	Crema de carbassó	Macarrons integrals ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Cigrons ECO estofats amb bacallà
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Llenties ECO estofades	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideuà amb fideus ECO	Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Daus de caella arrebossats amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt de fruites	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO	Cigrons ECO estofats			
Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita) Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats amb verdures Truita francesa a/llesques de pa sense gluten amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges logurt de soja	Mongeta tendra amb patata Contracuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada Fruita de temporada ECO	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega) Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada ECO	Crema de carbassa amb rostes de pa sense gluten Pasta sense gluten a la bolonyesa (carn de porc) Fruita de temporada	Patates estofades amb cap de llom Lluç al forn amb salsa verda i pèsols Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb assortit d'enciams logurt de soja	Sopa de pasta sense gluten amb brou de peix Pit de gall d'indi arrebossat sense gluten amb amanida de tomàquet i blat de moro Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada ECO	Mongetes vermelles ECO estofades Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives logurt de soja	Crema de carbassó amb rostes de pa sense gluten Lluç arrebossat sense gluten amb maionesa i bledes saltejades amb all Fruita de temporada ECO	Macarrons integrals ECO a la napolitana (sense formatge) Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges Rodanxes de taronja	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa) Cigrons ECO estofats amb bacallà Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida de tomàquet i tonyina (tomàquet, tonyina i olives) Fideuà amb pasta sense gluten Fruita de temporada	Llenties ECO estofades Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada ECO	Mongeta tendra amb patata Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga logurt de soja	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api) Daus de caella arrebossats amb farina sense gluten i patates al caliu Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats Bacallà al forn amb llit de ceba i porro Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs amb pastanaga i blat de moro	Purè de patates natural	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
	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 quinoa saltejada	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i pastanaga)	Crema de carbassa (amb rostes de pa naturals)	Patates estofades amb cap de llom	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 amb salsa de tomàquet i tonyina	Lluç al forn amb salsa verda	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola	Crema de verdures de temporada	Crema de carbassó	Macarrons integrals ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)	Verdura tricolor (Pastanaga, carbassó i patata)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Bistec de vedella a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Lluç arrebossat i bledes saltejades amb all	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Filet de bacallà al forn amb llit de tomàquet, patates i ceba
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Crema de verdures	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideuà amb fideus ECO	Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Daus de caella arrebossats amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt de fruites	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures sense pèsols amb arròs ECO	Verdura tricolor (Bròquil, patata i pastanaga)			
Truita francesa amb tomàquet al forn	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pa)	Patates estofades amb cap de llom	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 salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades	Crema de carbassó (amb rostes de pa)	Macarrons integrals ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Cigrons ECO estofats amb bacallà
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Llenties ECO estofades	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideuà amb fideus ECO	Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Daus de caella arrebossats amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt de fruites	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO	Cigrons ECO estofats			
Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs amb pastanaga i blat de moro	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Amanida d'enciam, canònges, tomàquet, tonyina i olives	Contracuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pa naturals)	Patates estofades amb cap de llom	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 salsa verda i pèsols	Sípia a la planxa amb all i julivert i assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat sense ou amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades	Crema de carbassó	Macarrons integrals ECO a la napolitana (sense formatge)	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Lluç arrebossat sense ou amb bledes saltejades	Gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam i canònges	Cigrons ECO estofats amb bacallà
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Crema de verdures	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideuà amb fideus ECO	Llenties ECO estofades	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Daus de caella arrebossats sense ou amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt de fruites	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO	Cigrons ECO estofats			
Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs amb pastanaga i blat de moro	Amanida d'enciam, canònges, tomàquet, tonyina i olives	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet	Contracuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pa naturals)	Patates estofades amb cap de llom	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 salsa verda i pèsols	Sípia a la planxa amb all i julivert i assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat sense ou amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades	Crema de carbassó	Macarrons integrals ECO a la napolitana (sense formatge)	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Lluç arrebossat sense ou amb bledes saltejades	Gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam i canònges	Cigrons ECO estofats amb bacallà
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Crema de verdures	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideuà amb fideus ECO	Llenties ECO estofades	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Daus de caella arrebossats sense ou amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt de fruites	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO	Cigrons ECO estofats			
Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto
	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 quinoa saltejada	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet
	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pa)	Patates estofades amb cap de llom	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) (amb formatge ratllat a part)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	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 ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades	Crema de carbassó (amb rostes de pa)	Macarrons integrals ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa)
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Lluç al forn amb bledes saltejades amb all	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Cigrons ECO estofats amb bacallà
Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Rodanxes de taronja	Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives)	Llenties ECO estofades	Mongeta tendra amb patata	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
Fideuà de peix amb fideus ECO	Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Caella a la planxa amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt de fruites	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO	Cigrons ECO estofats			
Truita francesa amb tomàquet al forn	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro			
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO			

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **NOVEMBRE 2021**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Amanida mezclum amb formatge fresc i poma Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita) Fruita de temporada ECO	Cigrons ECO estofats amb verdures Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges logurt natural	Mongeta tendra amb patata Quinoa saltejada verdures i amb tofu Fruita de temporada ECO	Macarrons integrals ECO al pesto Truita de verdures de temporada amb amanida de tomàquet Macedònia natural
8	9	10	11	12
Llenties ECO estofades Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i pastanaga) Fruita de temporada ECO	Crema de carbassa (amb rostes de pa) Espirals ECO amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Formatge fresc amb fruits secs	Amanida capresse Patates estofades amb verdures i ou dur Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Truita de carbassó amb assortit d'enciams Fruita de temporada ECO	Sopa de pasta ECO amb brou vegetal Cigrons saltejats amb ceba i carbassa Fruita de temporada ECO
15	16	17	18	19
Arròs ECO amb verdures Truita francesa amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada ECO	Mongetes vermelles ECO estofades Crema de verdures de temporada logurt natural	Crema de carbassó (amb rostes de pa) Pèsols saltejats amb ceba Fruita de temporada ECO	Macarrons integrals ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part) Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges Rodanxes de taronja	Verdura tricolor (Pèsols, patata i carbassa) Cigrons ECO estofats amb verdures Fruita de temporada ECO
22	23	24	25	26
Amanida capresse (tomàquet, mozzarella i olives) Fideus ECO estofats amb verdures Fruita de temporada	Crema de verdures Llenties ECO estofades Fruita de temporada ECO	Mongeta tendra amb patata Truita francesa amb assortit d'enciams i pastanaga logurt de fruites	Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api) Hamburguesa vegetal amb patates al caliu Fruita de temporada ECO	Arròs ECO amb salsa de tomàquet Truita de verdura de temporada amb escarola i taronja Fruita de temporada ECO
29	30			
Paella de verdures amb arròs ECO Truita francesa amb tomàquet al forn Fruita de temporada ECO	Verdura tricolor (Bròquil, patata i pastanaga) Cigrons ECO estofats Fruita de temporada ECO			