

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures (150g)	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals (125g) ECO al pesto
		Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural sense ensucrar	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons (115g)	Amanida de patata (125g)	Arròs integral (100g) amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO (120g) estofats amb verdures
Llenties ECO (240g) estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural sense ensucrar	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes (125g)	Arròs (114g) ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO (125g) a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb llit de ceba i porro i amanida	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures (125g)
Fruita de temporada ECO	Gelat apte	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties (160g) ECO estofades	Vichyssoise (sense patata)	Mongeta tendra amb patata (100g)	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol) (125g)	Arròs vaporitzat aromatitzat (100g)
Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà (125g) de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà a la muselina d'all amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural sense ensucrar	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO (125g) a la napolitana	Mongetes ECO (120g) saltejades amb verdures	Crema de pastanaga	Trinxat de col i patata (125g)	Crema de carbassó i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç al forn amb llit de ceba i porro i amanida	Paella de marisc amb arròs ECO (100g)	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Truita francesa amb lassanya de llenties (120g)
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural sense ensucrar	Panellet 1u

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures (225g)	Crema de verdures de temporada (patata 250g)	Macarrons integrals (220g) ECO al pesto
		Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant) + pa integral 20g	Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Fruita de temporada 120g
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons (210g)	Amanida de patata (275g)	Arròs integral (220g) amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO (220g) estofats amb verdures
Llenties ECO (200g) estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant) + pa integral 20g	Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Fruita de temporada (120g)	Fruita de temporada 120g	Fruita de temporada 120g
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes (200g)	Arròs (220g) ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO (225g) a la napolitana (poca salsa)	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb llit de ceba i porro i amanida	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures (200g)
Fruita de temporada (120g)	Gelat apte	Fruita de temporada (120g)	Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Fruita de temporada (120g)
20	21	22	23	24
Llenties (225g) ECO estofades	Vichyssoise	Mongeta tendra amb patata (200g)	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonito) (250g)	Arròs vaporitzat aromatitzat (200g)
Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà (225g) de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà a la muselina d'all amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Fruita de temporada (120g)	logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant) + pa integral 20g	Fruita de temporada (120g)	Fruita de temporada (120g)
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO (250g) a la napolitana (poca salsa)	Mongetes ECO (225g) saltejades amb verdures	Crema de pastanaga	Trinxat de col i patata (200g)	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç al forn amb llit de ceba i porro i amanida	Hamburguesa la planxa amb paella de marisc amb arròs ECO (90g)	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Truita francesa amb lassanya de llenties (120g)
Fruita de temporada (120g)	Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Plàtan (100g) amb xocolata (17g)	logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant)+ pa integral 20g	Panellets 2u

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO amb oli i alfàbrega (no formatge)
		Truita de patates amb llesques de pa amb tomàquet i amanida	Croquetes amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural ensucrat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita francesa amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural ensucrat	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana (sense formatge)	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb patates fregides	Lluç al forn amb llet de patata, ceba i porro i amanida	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise sense lactosa	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà al forn amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural ensucrat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana (sense formatge)	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç arrebossat amb maionesa i amanida d'enciam i pastanaga	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Timbal de llenties saltejades amb ceba, bolets i salsa de tomàquet
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural ensucrat	Panellets

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfabrega)
		Sopa de pasta sense ou	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús apte saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Hamburguesa a la planxa amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb llit de patata, ceba i porro i amanida	Gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam i canònges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat de gel	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise sense lactosa	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Peix a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà al forn amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Pollastre a la planxa amb assortit d'enciams	Lluç al forn amb llit de ceba i porro i amanida	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Timbal de llenties saltejades amb ceba, bolets i salsa de tomàquet
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Fruita de temporada ECO

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor **OCTUBRE 2025**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
		Trita de patates amb llesques de pa amb tomàquet i amanida	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Trita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb patates fregides	Lluç al forn amb llet de patata, ceba i porro i amanida	Trita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise (amb rostes de pa)	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Trita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO sense gambes i amb brou vegetal	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà a la muselina d'all amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Trita francesa amb assortit d'enciams	Lluç arrebossat amb maionesa i amanida d'enciam i pastanaga	Paella de verdures amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Llassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (bolets, ceba, salsa de tomàquet)
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Panellets

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
		Truita de patates amb llesques de pa amb tomàquet i amanida	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb patates fregides	Lluç al forn amb llet de patata, ceba i porro i amanida	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise (amb rostes de pa)	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, ou dur)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà a la muselina d'all amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç arrebossat amb maionesa i amanida d'enciam i pastanaga	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Llassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (bolets, ceba, salsa de tomàquet)
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Panellets

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor **OCTUBRE 2025**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons amanits amb oli	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
		Truita de patates amb amanida sense tomàquet	Croquetes amb amanida sense tomàquet	Lluç al forn amb amanida sense tomàquet
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons sense tomàquet	Patata bullida amb ou dur	Arròs bullit	Cigrons ECO amanits amb oli
Llenties ECO amanides amb oli	Contracuí de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam	Bacallà al forn amb amanida sense tomàquet	Truita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida sense tomàquet
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Mongetes amanides amb oli	Arròs ECO a la cassola sense tomàquet	Macarrons integrals ECO amb oli i alfàbrega	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb patates fregides	Lluç al forn amb llet de patata, ceba i porro i amanida sense tomàquet	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO amanides amb oli
Fruita de temporada ECO	Gelat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO amanides amb oli	Vichyssoise (amb rostes de pa)	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita de pernil amb amanida d'enciam	Fideuà de peix amb fideus ECO sense tomàquet	Costelles a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga sense tomàquet	Bacallà a la muselina d'all amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat sense tomàquet
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO amb oli i alfàbrega	Mongetes ECO saltejades amb verdures sense tomàquet	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç arrebossat amb maionesa i amanida d'enciam i pastanaga	Paella de marisc amb arròs ECO sense tomàquet	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida d'enciam i pastanaga	Truita francesa amb bolets saltejats
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Panellets

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
		Truita de patates amb llesques de pa amb tomàquet i amanida	Croquetes de bacallà amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita de formatge amb assortit d'enciams	Peix planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO amb verdures	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Peix a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Crema de pastanaga	Lluç al forn amb llit de patata, ceba i porro i amanida	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise (amb rostes de pa)	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Hamburguesa vegetal a la planxa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà a la muselina d'all amb amanida d'enciam i poma	Truita francesa amb amanida
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç arrebossat amb maionesa i amanida d'enciam i pastanaga	Paella de marisc amb arròs ECO	Peix planxa amb amanida de tomàquet ECO, alvocat i pastanaga	Lassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (bolets, ceba, salsa de tomàquet)
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Panellets

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor **OCTUBRE 2025**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfabrega)
		Truita de patates amb pa sense gluten i amanida	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de pastanaga	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons sense gluten a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb llit de patata, ceba i porro i amanida	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat de gel	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise sense lactosa	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta sense gluten	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà amb pasta sense gluten	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà al forn amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons sense gluten a la napolitana	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç al forn amb llit de ceba i porro i amanida	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Llassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (bolets, ceba, salsa de tomàquet)
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Fruita de temporada ECO

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor **OCTUBRE 2025**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
		Trita de patates amb llesques de pa amb tomàquet i amanida	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús apte saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Trita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb llet de patata, ceba i porro i amanida	Trita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat de gel	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Trita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà al forn amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Trita francesa amb assortit d'enciams	Lluç al forn amb llet de ceba i porro i amanida	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Lassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (bolets, ceba, salsa de tomàquet)
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Fruita de temporada ECO

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor **OCTUBRE 2025**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfabrega)
		Truita de patates amb llesques de pa amb tomàquet i amanida	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural sense ensucrar	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural sense ensucrar	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Vedella a la planxa amb patates fregides naturals	Lluç al forn amb llit de patata, ceba i porro i amanida	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	logurt natural sense ensucrar	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise (amb rostes de pa)	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà a la muselina d'all amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i pastanaga	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Llassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel bolets, ceba, salsa de tomàquet)
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan	logurt natural sense ensucrar	Panellets

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfabrega)
		Sopa de pasta sense ou	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús apte saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Hamburguesa a la planxa amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb llit de patata, ceba i porro i amanida	Gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam i canònges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat de gel	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise sense lactosa	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Peix a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà al forn amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Pollastre a la planxa amb assortit d'enciams	Lluç al forn amb llit de ceba i porro i amanida	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Timbal de llenties saltejades amb ceba, bolets i salsa de tomàquet
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Fruita de temporada ECO

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Cigrons estofats amb verdures	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO amb salsa de tomàquet
		Truita de patates amb llesques de pa amb tomàquet i amanida	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Cuscús saltejat amb verdures i cigrons	Amanida de patata	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita francesa amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Empedrat de mongetes	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Crema de pastanaga	Lluç al forn amb llit de patata, ceba i porro i amanida	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat de gel	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita francesa amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Pollastre planxa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà al forn amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana sense formatge	Mongetes ECO saltejades amb verdures	Crema de cigrons	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç al forn amb llit de ceba i porro i amanida	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Timbal de llenties saltejades amb ceba, bolets i salsa de tomàquet
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan	Fruita de temporada ECO	Panellets

GUERAU DE LIOST

menú temporada de calor OCTUBRE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		1	2	3
		Sopa de pasta	Crema de verdures de temporada	Macarrons integrals ECO al pesto
		Truita de patates amb llesques de pa amb tomàquet i amanida	Croquetes amb amanida	Lluç al forn amb samfaina
		logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de pastanaga	Amanida de patata	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta
Llenties ECO estofades	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida	Bacallà al forn amb sofregit de tomàquet i ceba	Truita de formatge amb assortit d'enciams	Pit de pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Crema de carbassó	Crema de pastanaga	Arròs ECO a la cassola	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Bròquil saltejat a l'allet
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella a la planxa amb patates fregides	Lluç al forn amb llet de patata, ceba i porro i amanida	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Llenties ECO estofades amb verdures
Fruita de temporada ECO	Gelat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
20	21	22	23	24
Llenties ECO estofades	Vichyssoise	Mongeta tendra amb patata	Amanida de pasta ECO (pastanaga, blat de moro, bonitol)	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà a la muselina d'all amb amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
27	28	29	30	DINAR DE CASTANYADA - 31
Macarrons integrals ECO a la napolitana	Verdura tricolor (Bròquil, patata i pastanaga)	Crema de pastanaga	Trinxat de col i patata	Crema de carbassa i moniato
Truita francesa amb assortit d'enciams	Lluç arrebossat amb maionesa i amanida d'enciam i pastanaga	Paella de marisc amb arròs ECO	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Llassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (bolets, ceba, salsa de tomàquet)
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Panellets