



DILLUNS

9

WOK DE VERDURES AMB ARRÓS
CROQUETES DE POLLASTRE AMB
ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

Sopar:

Crema de carbassó amb parmesà
Pop amb patata bullida



DIMARTS

10

BRÒQUIL AMB PATATA AL VAPOR

CIGRONS ESTOFATS

PA I FRUITA

Sopar:

Amanida de quinoa, magrana i
carbassa
Truita farcida de formatge amb
amanida

DIMECRES

11

MACARRONS AMB SOFREGIT DE
CEBA I TOMÀQUET

PEIX DE PROXIMITAT AL FORN AMB
AMANIDA

PA I IOGURT ECOLÒGIC

Sopar:

Mussaka
Pollastre marinat al forn

DIJOUS

12

CREMA DE VERDURES DE
TEMPORADA

ESTOFAT DE GALL D INDI

PA I FRUITA

Sopar:

Arròs de verdures
Hamburguesa vegetal amb salsa de
iogurt

DIVENDRES

13

LLENTIES ESTOFADES

TRUITA DE VERDURES DE
TEMPORADA AMB ENCIAM

PA I FRUITA

Sopar:

Macarrons amb alfàbrega
Orada amb amanida de tomàquet

16

CREMA DE CARBASSA

ESPAQUETTIS ECOLÒGICS DE
LLENTIES VERMELLES A LA
CARBONARA

PA I FRUITA

Sopar:

Risotto de verdures i mascarpone
Remenat d'alls tendres



17

PATATES AMB BLEDES I
PASTANAGA

LLOM AL FORN AMB SALSÀ DE
VERDURES

PA I FRUITA

Sopar:

Pèsols saltats
Salmó a la planxa amb llit de ceba

18

FIDEUA DE VERDURES

HAMBURGUESA D'AU AMB
AMANIDA DE ENCIAM I OLIVES

PA I IOGURT ECOLÒGIC

Sopar:

Sopa de ceba
Falafels amb salsa curri

19

CIGRONS ESTOFATS

TRUITA DE PATATA I CEBA AMB
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

Sopar:

Carbassó farcit al forn
Conill a la mostassa

20

ARRÒS A LA CUBANA (SOFREGIT DE
TOMÀQUET I OU DUR)

BUNYOLS DE BACALLÀ AMB ENCIAM

PA I FRUITA

Sopar:

Raviolis amb pesto
Pollastre marinat al forn amb patata
panadera

23

TRINXAT DE COL I PATATA

MACARRONS AMB BOLONYESA
VEGETAL

PA I FRUITA

Sopar:

Sopa de quinoa amb tofu
Truita de moniato amb amanida



24

PAELLA DE VERDURES

POLLASTRE ECOLÒGIC A L'ALLET
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

Sopar:

Torrada d'escalivada amb formatge
de cabra
Broquetes de gambes

25

CREMA DE PASTANAGA I PORRO

LLUÇ A LA MARINERA

PA I IOGURT ECOLÒGIC

Sopar:

Tallarins amb xampinyons
Vedella al forn amb verdures

26

SOPA DE PEIX AMB FIDEUS

TRUITA DE PASTANAGA I PATATA
AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

PA I FRUITA

Sopar:

Hummus de cigrons amb crudités
Peix al forn amb ceba

27

MENU SORPRESA

Sopar:

Crema de verdures
Pizza casolana de pernil, rúcula i
tomàquet

Tots aquest aliments del nostre menú són d'origen ecològic:

Totes les pastes, llegums i arrossos; tota la verdura i fruita de temporada; el pollastre 1 cop al mes; tot l'oli que utilitzem per cuinar; tota la sal, el pa natural i el iogurt són ecològics
També, dos cops al mes servim peix de proximitat.