



DILLUNS

30

ARRÓS CALDÓS AMB VERDURES

BUNYOLS DE BACALLÀ AMB
ENCIAM

PA I FRUITA

Sopar:

Pèsols saltats amb pernil i ceba
Pollastre al forn amb tomàquet

DIMARTS

31

MONGETA TENDRA AMB PATATA
BULLIDA

CIGRONS ESTOFATS

PA I FRUITA

Sopar:

Arròs amb verdures
Truita a la francesa amb enciam i
olives

DIMECRES

1

MACARRONS AMB SOFREGIT DE
CEBA I TOMÀQUET

PEIX DE PROXIMITAT (SEITONS) AL
FORN AMB AMANIDA

PA I IOGURT

Sopar:

Bledes amb patata i pastanaga
Llom de porc a la planxa amb amanida

DIJOUS

2

CREMA DE VERDURES DE
TEMPORADA

HAMBURGUESA D'AU AMB XIPS DE
MONIATO

PA I FRUITA

Sopar:

Espaguetis al pesto
Lluç al forn amb enciam, tomàquet i
blat de moro

DIVENDRES

3

LLENTIES ESTOFADES

TRUITA DE FORMATGE AMB
TOMÀQUET AMANIT

PA I FRUITA

Sopar:

Albergínia farcida al forn
Nuggets vegetals amb cogombre
amanit

6

CREMA DE PORRO, PASTANAGA I
CARBASSA

MACARRONS AMB BOLONYESA
VEGETAL

PA I FRUITA

Sopar:

Patates estofades
Salmó a la planxa amb enciam i
pastanaga ratllada

7

DINAR DE COMARCA /LA Cerdanya

TRINXAT DE LA CERDANYA

FRICANDÓ AMB BOLETS

CREMA CATALANA

Arròs amb tomàquet
Hamburguesa vegetal amb enciam i
blat de moro

8

SOPA D'ESTRELLETES I CIGRONS

TRUITA DE CEBA AMB PATATA AMB
PASTANAGA RATLLADA

PA I FRUITA

Sopar:

Coliflor gratinada amb beixamel
Bacallà al forn amb amanida

9

BRÒCOLI AMB PATATA

LLENTIES ESTOFADES

PA I FRUITA

Sopar:

Raviolis amb salsa de formatge
Contracruixa de pollastre a la planxa
amb amanida

10

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

PEIX AL FORN AMB AMANIDA

PA I FRUITA

Sopar:

Crema de mongetes seques i
pastanaga
Truita de patata amb enciam i olives

13

PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA

ESTOFAT DE GALL DINDI

PA I FRUITA

Sopar:

Macarrons amb oli d'alfàbrega
Mandonguilles vegetals amb salsa de
tomàquet

14

PAELLA DE VERDURES

TRUITA DE CEBA I CARBASSÓ AMB
AMANIDA VARIADA I OLIVES

PA I FRUITA

Sopar:

Escalivada amb formatge de cabra
Rap a la planxa amb amanida

15

CREMA DE CARBASSA

POLLASTRE ECOLÒGIC A L'ALLET
AMB AMANIDA DEL TEMPS

PA I IOGURT

Sopar:

Cigrons saltats amb espinacs
Truita de formatge amb amanida

16

SOPA DE PASTA

LLUÇ A LA MARINERA AMB
AMANIDA

PA I FRUITA

Sopar:

Risotto de bolets
Vedella a la jardinera

17

ÀPAT TEMÀTIC (BRASIL)



FEIJOADA BRASILEIRA

AMANIDA

Minestra de verdures
Pollastre al forn amb patates xips

20

FESTIU



21

CREMA DE VERDURES AMB
MONGETES SEQUES

CROQUETES DE LA IAIA AMB
AMANIDA I OLIVES

PA I FRUITA

Sopar:

Tallarins amb sofregit
Maires al forn amb enciam i blat de
moro

22

SOPA D'AU AMB GALETS

POLLASTRE A LA LLIMONA AMB
PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT

Sopar:

Hummus amb crudités
Arròs a la cassola

23

LLENTIES ESTOFADES

TRUITA DE VERDURES AMB
AMANIDA DEL TEMPS

PA I FRUITA

Sopar:

Verdura amb patata
Llom a la planxa amb salsa de
mostassa

24

MENÚ SORPRESA

Sopar:

Amanida variada
Ous trencats amb patates fregides

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 i tota la sal, el pa i natural i els iogurts son ecològic
També, dos cops al mes servim peix de proximitat.