



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 FESTIU	2 FESTIU	3 FESTIU
4 AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES FIDEUS A LA CASSOLA FRUITA DEL TEMPS	5 LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	6 CREMA DE CARBASSÓ CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	7 TRINXAT DE BLEDA, CARBASSA I PATATA SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRASOL IOGURT	8 ARRÒS AMB BLAT DE MORO I OLIVES SUQUET DE PEIX FRUITA DEL TEMPS
9 LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	10 ARRÒS AMB TOMÀQUET LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	11 SOPA DE LLETRES PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS	12 CREMA DE VERDURES LASSANYA DE LLENTIES CASOLANA FRUITA DEL TEMPS	13 AMANIDA RUSSA CASOLANA RODÓ DE GALL DINDI AMB VERDURES IOGURT
14 MONGETES BLANQUES GUISADES AMB HORTALISSES PEIX AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	15 ARRÒS AMB VERDURES NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	16 AMANIDA D'ESPIRALS AMB OLIVES I BLAT DE MORO TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	17 PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍIA HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA IOGURT	18 MONGETA VERDA AMB PATATA ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES FRUITA DEL TEMPS
19 SOPA DE PEIX TRUITA DE PERNIL AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	20 AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO) CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS	21 GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA "PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I SALS DE SOJA) "GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,, CEBA, PEBROT I SALS DE SOJA) AMB AMANIDA "KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO) 	22 MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS ARRÒS AMB CANANA FRESCA FRUITA DEL TEMPS	23 PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS CANELONS GRATINATS AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS

Un cop al mes, unes postres casolanes

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats

