|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| DILLUNS 2 | DIMARTS 3 | DIMECRES 4 | DIJOUS 5 | DIVENDRES 6 |
| Arròs amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanagues  Truita d'esìnacs amb enciam amanit i olives  Fruita del temps | Escudella amb pasta  Salsitxa amb enciam amanit  i olives  Fruita del temps | Crema de verdures amb pipes  Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, llenties i pastanagues  Fruita del temps | Patata, mongeta i pastanaga  Nugguets de pollastre amb tomàquet i enciam amanit  Fruita del temps | Cigrons sortint de l'olla  Peix del dia amb pastanaga amanida  Iogurt natural |
| DILLUNS 9 | DIMARTS 10 | DIMECRES 11 | DIJOUS 12 | DIVENDRES 13 |
| Macarrons amb sofregit de ceba, tomàquet i ceba gratinats  Truita de carbassa i enciam amanit  Iogurt natural | Patata i mongeta  Cuixa de pollastre amb  tomàquet amanit  Fruita del temps | Sopa de peix amb arròs  Llenties amb sofregit de  tomàquet i ceba  Fruita del temps | Blat de moro escairat  Truita d'espinacs amb tomàquet i pastanaga amanit  Fruita del temps | Mongeta blanca sortint de l'olla  Peix del dia amb enciam amanit  Iogurt natural |
| DILLUNS 16 | DIMARTS 17 | DIMECRES 18 | DIJOUS 19 | DIVENDRES 20 |
| Patata, mongeta i pastanaga  Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet amanit i olives  Fruita del temps | Crema de verdures  Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, llenties i pastanagues  Fruita del temps | Cigrons sortint de l'olla  Peix del dia amb enciam  amanit i blat de moro  Iogurt natural | Escudella amb arròs  Carn de xai a la planxa amb amanida de tomàquet i enciam  Fruita del temps | Blat forment sortint de l'olla  Truita de carbassó i ceba amb enciam amanit i olives  Fruita del temps |
| DILLUNS 23 | DIMARTS 24 | DIMECRES 25 | DIJOUS 26 | DIVENDRES 27 |
| Llenties amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanaga  Truita d'espinacs i pastanaga amanida amb olives  Iogurt natural | Sopa de peix amb fideus  Mandonguilles guisades amb ceba, tomàquet, pastanaga i pèsols  Fruita del temps. | Crema de verdures  Macarrons amb sofregit de tomàquet, ceba, llenties i pastanagues  Fruita del temps | Mongeta blanca sortint de l'olla  Peix del dia amb enciam amanit  Iogurt natural | Patata i mongeta  Ou dur amb tomàquet amanit i olives  Fruita del temps |
| DILLUNS 30 |  |  |  |  |
| Arròs amb sofregit de tomàquet, ceba i pastanagues  Salsitxa de pollastre amb  enciam amanit  Fruita del temps |  |  |  |  |

* En els àpats s’inclou: pa i aigua . Fruita: pera, poma, préssec, mandarina, plàtan, taronja, maduixes, prunes, cireres síndria, meló...
* Variació d’amanida:enciam i tomàquet, pastanaga ratllada i tomàquet, enciam i pastanaga ratllada, enciam i tomàquet amb olives, pastanaga ratllada amb olives. Blat de moro, olives, remolatxa rallada, poma,...
* El sofregit: Ceba, all i tomàquet, ceba, all, pastanaga i tomàquet, ceba, all, pastanaga, carbassó, pebrot i tomàquet.
* La carn de xai és d'Olvan, la vedella és de ramats de la nostra comarca el Berguedà.
* Menú revisat per una Dietista-Nutricionista Colegiada Eva Nuñez Marmol CAT443