



		DIMECRES 1	DIJOURS 2	DIVENDRES 3
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOURS 9	DIVENDRES 10
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOURS 16	DIVENDRES 17
-Arròs amb salsa de tomàquet. - Croquetes de pernil amb enciam amanit i olives. -Terrina de gelat.	-Amanida de blat forment, tomàquet, formatge i olives. -Truita d'espínacs amb pastanaga ratllada. -Fruita del temps.	-Crema de carbassó amb pipes. -Cigrons sortint de l'olla amb picada d'all i julivert amb tomàquet. -Fruita del temps.	-Llenties amb tomàquet. -Peix del dia amb cogombre i tomàquet amanit. -Iogurt natural.	-Meló amb pernil. - Cuixeta de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam . -Fruita del temps.
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOURS 23	DIVENDRES 24
-Cigrons sortint de l'olla. -Truita d'espínacs amb tomàquet amanit. -Iogurt natural.	-Arròs amb tomàquet. -Pit de pollastre a la planxa amb enciam. -Fruita del temps.	-Patata, mongeta tendra i pastanaga. - Ou dur amb amanida. -Fruita del temps	-Mongetes seques sortint de l'olla amb picada d'all, julivert i tomàquet -Peix del dia amb enciam amanit. -Iogurt natural.	-Crema de carbassó amb pipes. -Macarrons amb sofregit de ceba, tomàquet i ametlles. -Fruita del temps
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOURS 30	
-Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba amb formatge ratllat. -Ou dur amb enciam amanit i olives. -Fruita del temps.	-Crema de carbassó amb pipes. -Mandonguilles guisades. -Fruita del temps.	-Cigrons sortint de l'olla. -Peix del dia amb pastanaga ratllada. -Iogurt natural.	-Blat forment. -Xai a la planxa amb tomàquet amanit i olives. -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 Col·legiada Eva Nuñez Marmol CAT443