


Les fruites del temps són: kiwi, mandarina, mango, poma...  
 Es servirà pa integral.  
 Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir.  
 Oli de gira-sol alt oleic per fregir.  
 Ús de sal iodada per cuinar.  
 Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%  
 Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.  
 Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
<b>FESTIU</b>	ARRÒS AMB VERDURES DE L'HORT TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	TALLARINS AMB TOMÀQUET I OLIVES NEGRES PEIX FRESC AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA FRUITA DEL TEMPS	LLENTIES GUISADES AMB PASTANAGA I PATATA CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
PURÉ DE NAP I PASTANAGA (SENSE LLET) FIDEUÀ AMB SÍPIA I GAMBETES <b>SENSE TRACES DE LLET</b> FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE BROU AMB PISTONS CUETES DE RAP A LA MARINERA <b>SENSE TRACES</b> FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES DE TEMPORADA POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA 'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	COLIFLOR AMB PATATA TRUITA DE PERNIL DOLÇ <b>SENSE LLET</b> AMB ENCIAM I BLAT DE MORO <b>IOGURT DE SOIA</b>	<b>DIA MUNDIAL DE L'ORIGAMI!</b> <b>ARRÒS AMB BOLETS SENSE FORMATGE</b> <b>HAMBURGUESA D'AU</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPAGUETIS AL PESTO DE BRÒCOLI ( <b>SENSE FORMATGE</b> ) LLUÇ A LA LLIMONA AMB AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES BLANQUES A LA RIOJANA ( <b>XORIÇO SENSE LLET</b> ) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PORROS <b>AMB CROSTONS SENSE LLET O SENSE CROSTONS</b> MANDONGUILLES MIXTES ( <b>PORC I POLLASTRE</b> ) AMB SALSA DE TOMÀQUET I VERDURETES FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS AMB TOMÀQUET CUIXA DE POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA <b>IOGURT DE SOIA</b>	BLEDES AMB PATATES SALTEJADES AMB ALLET PIZZA <b>SENSE LLET</b> CASOLANA <b>SENSE FORMATGE</b> FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
ARRÒS CALDÒS FOGONER AMB SUAU MUSSOLINA D'ALLIOLI I AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PEIX AMB FIDEUS TRUITA DE PATATA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS GUISATTS AMB COL I PASTANAGA <b>PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	<b>VISITEM CANADÀ</b> <b>FALS MAC &amp; CHEESE</b> <b>COSTELLA DE PORC AMB SALSA BARBACOA I PATATES FREGIDES</b> <b>CREP SENSE LLET</b> 	MONGETA VERDA I PATATA PERNILETS DE POLLASTRE AMB SALSETA I VERDURES FRUITA DEL TEMPS

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30
LLENTIES DE L'ÀVIA <b>TRUITA FRANCESA</b> AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSÓ ESTOFAT DE GALL D'INDI A LA JARDINERA FRUITA DEL TEMPS	<b>FESTIU</b>

**Busca les 8 verdures i hortalisses!**



E	N	C	I	A	M	R	S	U	P
E	P	E	S	O	L	S	R	S	E
R	P	B	U	J	M	W	F	L	B
A	E	A	L	L	S	N	A	R	R
G	K	T	X	M	P	A	W	J	O
C	A	R	B	A	S	S	A	M	T
M	C	A	R	X	O	F	A	N	M
A	L	B	E	R	G	I	N	I	A



*Un cop al mes, postre casolà*