

**SENSE PROTEÏNA  
LLET DE VACA, NI OU  
NI VEDELLA**

# Setembre

DEL 6 AL 8 DE  
SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE  
SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE  
SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE  
SETEMBRE

DILLUNS



**ESPIRALS S/OU ECO  
AMB SOFREGIT DE  
VERDURES** (tomàquet,  
ceba, pebrot verd i carbassó)  
**PEIX PLANXA**  
amb amanida d'enciam **ECO**,  
cogombre i pastanaga  
**Fruita del temps**

**AMANIDA VERDA ECO  
S/LÀCTICS**  
**ARRÓS ECO A LA  
CASSOLA AMB GALL  
D'INDI**  
**Fruita del temps**

Us donem  
la  
benvinguda  
a l'espai del  
migdia

DIMARTS



**AMANIDA VARIADA**  
(tomàquet, enciam **ECO**  
pipes de gira-sol, crostons,  
panses\* i olives)  
**ESPAGUETIS S/OU ECO  
AMB TOMÀQUET (I  
XAMPINYONS**  
**Fruita del temps**

**AMANIDA DE TOMÀQUET,  
CROSTONS\*, ENCIAM I  
OLIVES**  
**LLOM PLANXA**  
amb patates fregides  
**Fruita del temps ECO**

**CIGRONS ECO AMB  
HORTALISSES** (col, ceba,  
porro i pastanaga)  
**PEIX PLANXA**  
amb amanida  
**Fruita del temps ECO**

DIMECRES

**ARRÓS ECO AMB  
SALSA CASOLANA DE  
TOMÀQUET I  
PASTANAGA**  
**POLLASTRE AL FORN**  
amb patates fregides  
**Fruita del temps ECO**

**ARRÓS ECO TRICOLOR**  
(amb mongeta verda,  
pastanaga i blat de moro)  
**PEIX AL FORN**  
amb patates, ceba i  
tomàquet al forn  
**Fruita del temps ECO**

**ARRÓS ECO ESTIL  
ASIÀTIC\*** (amb saltat de  
pastanaga, ceba i  
carbassó)  
**POLLASTRE  
ARREBOSSAT S/OU  
CASOLÀ**  
amb amanida de  
tomàquet, i olives  
**Fruita del temps**

**AMANIDA DE PATATA  
S/OU**  
(pèsols, pastanaga i olives)  
**LLOM PLANXA  
AMB AMANIDA**  
**Fruita del temps**

Cuina de  
proximitat,  
menús  
saborosos i  
hàbits  
saludables!

DIJOUS

**AMANIDA DE PASTA  
S/OU ECO**  
(tomàquet, olives i blat  
de moro, amb vinagreta  
suau d'alvocat\*)  
**PEIX AL FORN**  
amb amanida **ECO** de  
pastanaga i blat de moro  
**Fruita del temps ECO**

**AMANIDA DE CIGRONS  
ECO** (tomàquet, pebrot  
vermell i olives)  
**LLOM PLANXA  
AMB AMANIDA**  
**Fruita del temps ECO**

**CREMA DE COLIFLOR  
S/LÀCTICS**  
amb crostons de pa  
torrat\*  
**AMANIDA DE LLENTIES  
ECO**  
(tomàquet, **OLIVES**,  
pebrot verd i vermell)  
**Fruita del temps ECO**

**MACARRONS S/OU  
INTEGRALS AMB  
TOMÀQUET IS/LÀCTICS**  
**PEIX FRESC AL FORN**  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, cogombrets\* i  
pastanaga  
**Fruita del temps ECO**

DIVENDRES

**CREMA DE CARBASSÓ  
S/LÀCTICS**  
amb crostons de pa  
torrat\*  
**LLOM PLANXA**  
amb mongeta blanca  
saltada **ECO**  
**Fruita del temps**

**BROCOLI AMB PATATA**  
**POLLASTRE GUISAT  
AMB FARIGOLA**  
amb enciam **ECO**, blat de  
moro i cogombre  
**Fruita del temps**

**AMANIDA  
RUSSA\*S/OU**  
(pèsols, pastanaga cuita  
i olives, amb vinagreta  
suau de mostassa\*)  
**PEIX AL FORN**  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, tomàquet  
i **S/LÀCTICS**  
**Fruita del temps**

**CREMA DE MONGETA  
BLANCA ECO I  
VERDURES S/LÀCTICS**  
**POLLASTRE ROSTIT**  
Amb tomàquet amanit  
**Fruita del temps**



**\*\*ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI PROTEÏNA LLET DE VACA,  
NI OU NI VEDELLA**

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com



@tenomenjadors



@Teno\_menjadors



@tenomenjadors



## Teno

Cuina i lleure  
de proximitat

**SENSE PROTEÏNA  
LLET DE VACA, NI OU  
NI BLAT**

# Setembre

DEL 6 AL 8 DE  
SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE  
SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE  
SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE  
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

**ESPIRALS S/ GLUTEN  
S/OU ECO AMB  
SOFREGIT DE  
VERDURES** (tomàquet,  
ceba, pebrot verd i carbassó)  
**PEIX PLANXA**  
amb amanida d'enciam **ECO**,  
cogombre i pastanaga  
**Fruita del temps**

**AMANIDA VERDA ECO  
S/ LÀCTICS  
ARRÒS ECO A LA  
CASSOLA AMB GALL  
D'INDI**

**Fruita del temps**

Us donem  
la  
benvinguda  
a l'espai del  
migdia

DIMARTS

**AMANIDA VARIADA**  
(tomàquet, enciam **ECO**  
pipes de gira-sol, **crostons  
S/ GLUTEN**, panses\* i  
olives)  
**ESPAGUETIS S/ GLUTEN  
S/OU ECO AMB  
TOMÀQUET I  
XAMPINYONS**

**Fruita del temps**

**AMANIDA DE TOMÀQUET,  
CROSTONS\*, ENCIAM I  
OLIVES**

**LLOM PLANXA**  
amb patates fregides\*

**Fruita del temps ECO**

**CIGRONS ECO AMB  
HORTALISSES** (col, ceba,  
porro i pastanaga)

**PEIX PLANXA**  
amb amanida

**Fruita del temps ECO**

DIMECRES

**ARRÒS ECO AMB  
SALSA CASOLANA DE  
TOMÀQUET I  
PASTANAGA**

**POLLASTRE AL FORN**  
amb patates fregides\*  
**Fruita del temps ECO**

**ARRÒS ECO TRICOLOR**  
(amb mongeta verda,  
pastanaga i blat de moro)  
**PEIX AL FORN**  
amb patates, ceba i  
tomàquet al forn

**Fruita del temps ECO**

**ARRÒS ECO ESTIL  
ASIÀTIC\*** (amb saltat de  
pastanaga, ceba i  
carbassó)  
**POLLASTRE  
ARREBOSSAT S/OU  
S/ GLUTEN CASOLA**  
amb amanida de  
tomàquet, i olives  
**Fruita del temps**

**AMANIDA DE PATATA  
S/OU**  
(pèsols, pastanaga i olives)

**LLOM PLANXA  
AMB AMANIDA**

**Fruita del temps**

Cuina de  
proximitat,  
menús  
saborosos i  
hàbits  
saludables!

DIJOUS

**AMANIDA DE PASTA  
S/ GLUTEN S/OU ECO**  
(tomàquet, olives i blat  
de moro, amb vinagreta  
suau d'alvocat\*)  
**PEIX AL FORN**  
amb amanida **ECO** de  
pastanaga i blat de moro  
**Fruita del temps ECO**

**AMANIDA DE CIGRONS  
ECO** (tomàquet, pebrot  
vermell i olives)

**LLOM PLANXA  
AMB AMANIDA**

**Fruita del temps ECO**

**CREMA DE COLIFLOR  
S/ LÀCTICS**  
amb crostons de pa  
torrat\***S/ GLUTEN**  
**AMANIDA DE CIGRONS  
ECO**  
(tomàquet, **OLIVES**,  
pebrot verd i vermell)  
**Fruita del temps ECO**

**MACARRONS S/OU  
S/ GLUTEN AMB  
TOMÀQUET I S/ LÀCTICS**  
**PEIX FRESC AL FORN**  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, cogombrets\* i  
pastanaga  
**Fruita del temps ECO**

DIVENDRES

**CREMA DE CARBASSÓ  
S/ LÀCTICS**  
amb crostons de pa  
torrat\***S/ GLUTEN**  
**LLOM PLANXA**  
amb mongeta blanca  
saltada **ECO**

**Fruita del temps**

**BROCOLI AMB PATATA**

**POLLASTRE GUISAT  
AMB FARIGOLA**  
amb enciam **ECO**, blat de  
moro i cogombre  
**Fruita del temps**

**AMANIDA  
RUSSA\* S/OU**  
(pèsols, pastanaga cuita  
i olives, amb vinagreta  
suau de mostassa\*)  
**PEIX AL FORN**  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, tomàquet  
i **S/ LÀCTICS**  
**Fruita del temps**

**CREMA DE MONGETA  
BLANCA ECO I  
VERDURES S/ LÀCTICS**

**POLLASTRE ROSTIT**  
Amb tomàquet amanit


**Fruita del temps**

**\*\*ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI PROTEÏNA LLET DE VACA,  
NI OU NI BLAT**

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com

 @tenomenjadors

 @Teno\_menjadors

 @tenomenjadors

**Teno**  
Cuina i lleure  
de proximitat



SENSE OU

Setembre

DEL 6 AL 8 DE  
SETEMBREDE L'11 AL 15 DE  
SETEMBREDEL 18 AL 22 DE  
SETEMBREDE 25 AL 29 DE  
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

**ESPIRALS S/OU ECO**  
AMB SOFREGIT DE  
**VERDURES** (tomàquet,  
ceba, pebrot verd i carbassó)  
**PEIX PLANXA**  
amb amanida d'enciam **ECO**,  
cogombre i pastanaga  
logurt

AMANIDA VERDA **ECO**

**ARRÒS ECO** A LA  
CASSOLA AMB GALL  
D'INDI

logurt

Us donem  
la  
benvinguda  
a l'espai del  
migdia

DIMARTS

**AMANIDA VARIADA**  
(tomàquet, enciam **ECO**  
pipes de gira-sol,  
crostons\*, panses i olives)  
**ESPAGUETIS S/OU ECO**  
**AMB TOMÀQUET I**  
**XAMPINYONS**  
\*

logurt

**AMANIDA DE TOMÀQUET,**  
**CROSTONS\*, ENCIAM I**  
**OLIVES**

**HAMBURGUESA MIXTA\***  
amb patates fregides\*

Fruita del temps **ECO**

**CIGRONS ECO** AMB  
**HORTALISSES** (col, ceba,  
porro i pastanaga)

**PEIX PLANXA**  
amb amanida

Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

**ARRÒS ECO** AMB  
SALSA CASOLANA DE  
TOMÀQUET I  
PASTANAGA

**POLLASTRE AL FORN**  
amb patates fregides\*  
Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO** TRICOLOR  
(amb mongeta verda,  
pastanaga i blat de moro)  
**PEIX AL FORN**  
amb patates, ceba i  
tomàquet al forn

Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO** ESTIL  
ASIÀTIC (amb saltat de  
pastanaga, ceba i  
carbassó)  
**POLLASTRE**  
**ARREBOSSAT S/OU**  
**CASOLÀ**  
amb amanida de  
tomàquet, i olives  
Fruita del temps

**AMANIDA DE PATATA**  
(pèsols, pastanaga i olives)  
**S/OU**  
**LLOM PLANXA**  
**AMB AMANIDA**

Fruita del temps

DIJOUS

**AMANIDA DE PASTA**  
**S/OU ECO**  
(tomàquet, olives i blat  
de moro, amb vinagreta  
suau d'alvocat\*)

**PEIX AL FORN**  
amb amanida **ECO** de  
pastanaga i blat de moro  
Fruita del temps **ECO**

**AMANIDA DE CIGRONS**  
**ECO** (tomàquet, pebrot  
vermell i olives)

**LLOM PLANXA**  
**AMB AMANIDA**

Fruita del temps **ECO**

**CREMA DE COLIFLOR**  
amb crostons de pa  
torrat\*

**AMANIDA DE LLENTIES**  
**ECO**

(tomàquet, pernil, pebrot  
verd i vermell)  
Fruita del temps **ECO**

**MACARRONS S/OU**  
**INTEGRALS** AMB  
TOMÀQUET I

**FORMATGE RATLLAT**  
**PEIX FRESC AL FORN**  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, cogombrets i  
pastanaga  
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

**CREMA DE CARBASSÓ**  
amb crostons de pa  
torrat\*

**BOTIFARRA\***  
amb mongeta blanca  
saltada **ECO**

Fruita del temps

**BROCOLI AMB PATATA**

**POLLASTRE GUISAT**  
**AMB FARIGOLA**  
amb enciam **ECO**, blat de  
moro i cogombre  
Fruita del temps

**AMANIDA RUSSA S/OU**  
(pèsols, pastanaga cuita  
i olives, amb vinagreta  
suau de mostassa\*)

**PEIX AL FORN**  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, tomàquet i  
formatge\*  
Fruita del temps

**CREMA DE MONGETA**  
**BLANCA ECO I**  
**VERDURES**

**POLLASTRE ROSTIT**  
Amb tomàquet amanit

Fruita del temps

\*\*ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI OU

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com





# TAGAMANENT

**SENSE OU, LLEGUMS, ALVOCAT PEIX I FRUITS SECS ni LLET DE VACA NI GLUTEN**

# Setembre



DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

**ESPIRALS S/ GLUTEN S/OU ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES** (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)  
**POLLASTRE PLANXA** amb amanida d'enciam **ECO**, cogombre i pastanaga  
**Fruita del temps**

**AMANIDA VERDA ECO**  
**ARRÓS ECO A LA CASSOLA AMB GALL D'INDI**  
**Fruita del temps**

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

**AMANIDA VARIADA** (tomàquet, enciam **ECO**, crostons\* i olives)  
**ESPAGUETIS S/OU S/ GLUTEN AMB TOMÀQUET i XAMPINYONS**  
**Fruita del temps**

**AMANIDA DE TOMÀQUET, CROSTONS\* S/ GLUTEN, ENCIAM I OLIVES**  
**LLOM PLANXA** amb patates fregides\*  
**Fruita del temps ECO**

**CREMA DE VERDURES\* S/ LÀCTICS**  
**POLLASTRE PLANXA** amb amanida  
**Fruita del temps ECO**



DIMECRES

**ARRÓS ECO AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA**  
**POLLASTRE AL FORN** amb patates fregides\*  
**Fruita del temps ECO**

**ARRÓS ECO TRICOLOR** (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)  
**POLLASTRE PLANXA** amb patates, ceba i tomàquet al forn  
**Fruita del temps ECO**

**ARRÓS ECO ESTIL ASIÀTIC** (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)  
**POLLASTRE ARREBOSSAT S/OU S/ GLUTEN CASOLA** amb amanida de tomàquet, i olives  
**Fruita del temps**

**AMANIDA DE PATATA (S/ PÈSOLS, pastanaga i olives)**  
**S/OU LLOM PLANXA AMB AMANIDA**  
**Fruita del temps**

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

**AMANIDA DE PASTA S/OU S/ GLUTEN ECO** (tomàquet, olives i blat de moro, amb **OLI D'OLIVA**)  
**GALL D'INDI PLANXA** amb amanida **ECO** de pastanaga i blat de moro  
**Fruita del temps ECO**

**AMANIDA DE PASTA S/OU S/ GLUTEN ECO** (tomàquet, pebrot vermell i olives)  
**LLOM PLANXA AMB AMANIDA**  
**Fruita del temps ECO**

**CREMA DE COLIFLOR S/ LÀCTICS** amb crostons de pa torrat\***S/ GLUTEN**  
**LLOM PLANXA AMB AMANIDA**  
**Fruita del temps ECO**

**MACARRONS S/OU S/ GLUTEN AMB TOMÀQUET I S/ LÀCTICS**  
**GALL D'INDI PLANXA** amb amanida d'enciam **ECO**, cogombres i pastanaga  
**Fruita del temps ECO**

DIVENDRES

**CREMA DE CARBASSÓ S/ LÀCTICS** amb crostons de pa torrat\***S/ GLUTEN**  
**LLOM PLANXA** amb mongeta blanca saltada **ECO**  
**Fruita del temps**

**BROCOLI AMB PATATA**  
**POLLASTRE GUISAT AMB FARIGOLA** amb enciam **ECO**, blat de moro i cogombre  
**Fruita del temps**

**AMANIDA RUSSA S/OU (s/pèsols, pastanaga cuïta i olives, amb vinagreta suau de mostassa\*)**  
**POLLASTRE PLANXA** amb amanida d'enciam **ECO**, tomàquet i **S/ LÀCTICS**  
**Fruita del temps**

**CREMA DE VERDURES S/ LÀCTICS**  
**POLLASTRE ROSTIT** Amb tomàquet amanit  
**Fruita del temps**



**\*\*ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI OU, LLEGUMS, ALVOCAT PEIX I FRUITS SECS**

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com

@tenomenjadors

@Teno\_menjadors

@tenomenjadors



**Teno**  
Cuina i lleure de proximitat

SENSE FRUITS  
SECS

Setembre

DEL 6 AL 8 DE  
SETEMBREDE L'11 AL 15 DE  
SETEMBREDEL 18 AL 22 DE  
SETEMBREDE 25 AL 29 DE  
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS **ECO** AMB  
SOFREGIT DE  
VERDURES (tomàquet,  
ceba, pebrot verd i carbassó)  
OUS ESTRELLATS AMB  
PATATA  
amb amanida d'enciam **ECO**,  
cogombre i pastanaga  
logurt

AMANIDA VERDA **ECO**ARRÒS **ECO** A LA  
CASSOLA AMB GALL  
D'INDI

logurt

Us donem  
la  
benvinguda  
a l'espai del  
migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA  
(tomàquet, enciam **ECO**  
crostons i olives)  
ESPAGUETIS **ECO** A LA  
CARBONARA\*

logurt

AMANIDA DE TOMÀQUET,  
CROSTONS\*, ENCIAM I  
OLIVESHAMBURGUESA MIXTA\*  
amb patates fregidesFruita del temps **ECO**CIGRONS **ECO** AMB  
HORTALISSES (col, ceba,  
porro i pastanaga)PEIX PLANXA  
amb amanidaFruita del temps **ECO**

DIMECRES

ARRÒS **ECO** AMB  
SALSA CASOLANA DE  
TOMÀQUET I  
PASTANAGAPOLLASTRE AL FORN  
amb patates fregides  
Fruita del temps **ECO**ARRÒS **ECO** TRICOLOR  
(amb mongeta verda,  
pastanaga i blat de moro)  
PEIX AL FORN  
amb patates, ceba i  
tomàquet al fornFruita del temps **ECO**ARRÒS **ECO** ESTIL  
ASIÀTIC (amb saltat de  
pastanaga, ceba i  
carbassó)  
POLLASTRE  
ARREBOSSAT CASOLÀ  
amb amanida de  
tomàquet, i olives  
Fruita del tempsAMANIDA DE PATATA  
(pèsols, pastanaga i olives)OUS A LA CATALANA  
(ou cuit amb sofregit de  
tomàquet, ceba i gratinats  
amb formatge)

Fruita del temps

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA  
**ECO**  
(tomàquet, olives i blat  
de moro, amb vinagreta  
suau d'alvocat\*)PEIX AL FORN  
amb amanida **ECO** de  
pastanaga i blat de moro  
Fruita del temps **ECO**AMANIDA DE CIGRONS  
**ECO** (tomàquet, pebrot  
vermell i olives)OUS FARCITS DE  
TONYINA I MAIONESAFruita del temps **ECO**CREMA DE COLIFLOR  
amb crostons de pa  
torrat\*AMANIDA DE LLENTIES  
**ECO**  
(tomàquet, pernil, pebrot  
verd i vermell)  
Fruita del temps **ECO**MACARRONS  
INTEGRALS\* AMB  
TOMÀQUET IFORMATGE RATLLAT  
PEIX FRESC AL FORN  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, cogombrets i  
pastanaga  
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ  
amb crostons de pa  
torrat  
BOTIFARRA\*  
amb mongeta blanca  
saltada **ECO**

Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT  
AMB FARIGOLA  
amb enciam **ECO**, blat de  
moro i cogombre  
Fruita del tempsAMANIDA RUSSA  
(pèsols, pastanaga cuita  
i olives, amb vinagreta  
suau de mostassa\*\*)PEIX AL FORN  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, tomàquet i  
formatge  
Fruita del tempsCREMA DE MONGETA  
BLANCA **ECO** I  
VERDURESPOLLASTRE ROSTIT  
Amb tomàquet amanit

Fruita del temps

Cuina de  
proximitat,  
menús  
saborosos i  
hàbits  
saludables!



\*\*ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI FRUITS SECS

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com



SENSE LACTOSA

Setembre

DEL 6 AL 8 DE  
SETEMBREDE L'11 AL 15 DE  
SETEMBREDEL 18 AL 22 DE  
SETEMBREDE 25 AL 29 DE  
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS **ECO** AMB  
SOFREGIT DE  
VERDURES (tomàquet,  
ceba, pebrot verd i carbassó)  
OUS ESTRELLATS AMB  
PATATA  
amb amanida d'enciam **ECO**,  
cogombre i pastanaga  
logurt **S/LACTOSA**

AMANIDA VERDA **ECO**ARRÒS **ECO** A LA  
CASSOLA AMB GALL  
D'INDIlogurt **S/LACTOSA**

Us donem  
la  
benvinguda  
a l'espai del  
migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA  
(tomàquet, enciam **ECO**  
pipes de gira-sol, crostons,  
panses i olives)

ESPAGUETIS **ECO** AMB  
TOMÀQUET (I  
XAMPINYONS

logurt **S/LACTOSA**

AMANIDA DE TOMÀQUET,  
CROSTONS, ENCIAM I  
OLIVES

HAMBURGUESA MIXTA\*  
amb patates fregides

Fruita del temps **ECO**

CIGRONS **ECO** AMB  
HORTALISSES (col, ceba,  
porro i pastanaga)

PEIX PLANXA  
amb amanida

Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

ARRÒS **ECO** AMB  
SALSA CASOLANA DE  
TOMÀQUET I  
PASTANAGA

POLLASTRE AL FORN  
amb patates fregides  
Fruita del temps **ECO**

ARRÒS **ECO** TRICOLOR  
(amb mongeta verda,  
pastanaga i blat de moro)  
PEIX AL FORN  
amb patates, ceba i  
tomàquet al forn

Fruita del temps **ECO**

ARRÒS **ECO** ESTIL  
ASIÀTIC (amb saltat de  
pastanaga, ceba i  
carbassó)  
POLLASTRE  
ARREBOSSAT CASOLÀ  
amb amanida de  
tomàquet, i olives  
Fruita del temps

AMANIDA DE PATATA  
(pèsols, pastanaga i olives)

OUS A LA CATALANA  
(ou cuit amb sofregit de  
tomàquet, ceba i gratinats  
amb formatge **S/LACTOSA**)

Fruita del temps

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA  
**ECO**  
(tomàquet, olives i blat  
de moro, amb vinagreta  
suau d'alvocat)

PEIX AL FORN  
amb amanida **ECO** de  
pastanaga i blat de moro  
Fruita del temps **ECO**

AMANIDA DE CIGRONS  
**ECO** (tomàquet, pebrot  
vermell i olives)

OUS FARCITS DE  
TONYINA I MAIONESA

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE COLIFLOR\*  
amb crostons de pa  
torrat

AMANIDA DE LLENTIES  
**ECO**  
(tomàquet, pernil\*,  
pebrot verd i vermell)  
Fruita del temps **ECO**

MACARRONS INTEGRALS  
AMB TOMÀQUET I  
FORMATGE RATLLAT  
**S/LACTOSA**

PEIX FRESC AL FORN  
amb amanida d'enciam **ECO**,  
cogombres i pastanaga  
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

CREMA DE  
CARBASSÓ\*  
amb crostons de pa  
torrat  
BOTIFARRA\*  
amb mongeta blanca  
saltada **ECO**

Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT  
AMB FARIGOLA  
amb enciam **ECO**, blat de  
moro i cogombre  
Fruita del temps

AMANIDA RUSSA  
(pèsols, pastanaga cuita  
i olives, amb vinagreta  
suau de mostassa)

PEIX AL FORN  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, tomàquet i  
formatge **S/LACTOSA**  
Fruita del temps

CREMA DE MONGETA  
BLANCA **ECO** I  
VERDURES

POLLASTRE ROSTIT  
Amb tomàquet amanit

Fruita del temps

\*\*ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI LACTOSA

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com

SENSE  
GLUTENTORNEM  
A  
l'escola!

Setembre

DEL 6 AL 8 DE  
SETEMBREDE L'11 AL 15 DE  
SETEMBREDEL 18 AL 22 DE  
SETEMBREDE 25 AL 29 DE  
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

**ESPIRALS S/GLUTEN**  
**ECO AMB SOFREGIT DE**  
**VERDURES** (tomàquet,  
 ceba, pebrot verd i carbassó)  
**OUS ESTRELLATS AMB**  
**PATATA**  
 amb amanida d'enciam **ECO**,  
 cogombre i pastanaga  
**logurt**

**AMANIDA VERDA ECO****ARRÒS ECO A LA**  
**CASSOLA AMB GALL**  
**D'INDI****logurt**

Us donem  
la  
benvinguda  
a l'espai del  
migdia

DIMARTS

**AMANIDA VARIADA**  
 (tomàquet, enciam **ECO**  
 pipes de gira-sol, crostons,  
 panses i olives)  
**ESPAGUETIS S/GLUTEN**  
**ECO A LA CARBONARA\***

**logurt****AMANIDA DE TOMÀQUET,**  
**CROSTONS S/GLUTEN,**  
**ENCIAM I OLIVES****HAMBURGUESA MIXTA\***  
amb patates fregides\***Fruita del temps ECO****CIGRONS ECO AMB**  
**HORTALISSES** (col, ceba,  
porro i pastanaga)**PEIX PLANXA**  
amb amanida**Fruita del temps ECO**

DIMECRES

**ARRÒS ECO AMB**  
**SALSA CASOLANA DE**  
**TOMÀQUET I**  
**PASTANAGA****POLLASTRE AL FORN**  
amb patates fregides\*  
**Fruita del temps ECO****ARRÒS ECO TRICOLOR**  
(amb mongeta verda,  
pastanaga i blat de moro)  
**PEIX AL FORN**  
amb patates, ceba i  
tomàquet al forn**Fruita del temps ECO****ARRÒS ECO ESTIL**  
**ASIÀTIC** (amb saltat de  
pastanaga, ceba i  
carbassó)**POLLASTRE**  
**ARREBOSSAT**  
**S/GLUTEN CASOLÀ**  
amb amanida de  
tomàquet, i olives  
**Fruita del temps****AMANIDA DE PATATA**  
(pèsols, pastanaga i olives)**OUS A LA CATALANA**  
(ou cuit amb sofregit de  
tomàquet, ceba i gratinats  
amb formatge)**Fruita del temps**

DIJOUS

**AMANIDA DE PASTA**  
**S/GLUTEN ECO**  
(tomàquet, olives i blat  
de moro, amb vinagreta  
suau d'alvocat)**PEIX AL FORN**  
amb amanida **ECO** de  
pastanaga i blat de moro  
**Fruita del temps ECO****AMANIDA DE CIGRONS**  
**ECO** (tomàquet, pebrot  
vermell i olives)**OUS FARCITS DE**  
**TONYINA I MAIONESA****Fruita del temps ECO****CREMA DE COLIFLOR**  
amb crostons de pa  
torrat **S/GLUTEN****AMANIDA DE CIGRONS**  
**ECO**  
(tomàquet, pernil\*,  
pebrot verd i vermell)  
**Fruita del temps ECO****MACARRONS**  
**S/GLUTEN AMB**  
**TOMÀQUET I****FORMATGE RATLLAT**  
**PEIX FRESC AL FORN**  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, cogombrets i  
pastanaga  
**Fruita del temps ECO**

DIVENDRES

**CREMA DE CARBASSÓ**  
amb crostons de pa  
torrat **S/GLUTEN**  
**BOTIFARRA**  
amb mongeta blanca  
saltada **ECO****Fruita del temps****BROCOLI AMB PATATA****POLLASTRE GUISAT**  
**AMB FARIGOLA**  
amb enciam **ECO**, blat de  
moro i cogombre  
**Fruita del temps****AMANIDA RUSSA**  
(pèsols, pastanaga cuita  
i olives, amb vinagreta  
suau de mostassa\*)**PEIX AL FORN**  
amb amanida d'enciam  
**ECO**, tomàquet i  
formatge  
**Fruita del temps****CREMA DE MONGETA**  
**BLANCA ECO I**  
**VERDURES****POLLASTRE ROSTIT**  
Amb tomàquet amanit**Fruita del temps****\*\*ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI GLUTEN**

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com



SENSE CARN

Setembre

DEL 6 AL 8 DE  
SETEMBREDE L'11 AL 15 DE  
SETEMBREDEL 18 AL 22 DE  
SETEMBREDE 25 AL 29 DE  
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

**ESPIRALS ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES** (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)  
**OUS ESTRELLATS AMB PATATA**  
 amb amanida d'enciam **ECO**, cogombre i pastanaga  
 logurt

AMANIDA VERDA **ECO**

**ARRÒS ECO AMB VERDURES I TRUITA**

logurt

Us donem  
la  
benvinguda  
a l'espai del  
migdia

DIMARTS

**AMANIDA VARIADA** (tomàquet, enciam **ECO**, pipes de gira-sol, crostons, panses i olives)  
**ESPAQUETIS ECO AMB TOMÀQUET (I XAMPINYONS)**

logurt

**AMANIDA DE TOMÀQUET, CROSTONS, ENCIAM I OLIVES**

**HAMBURGUESA VEGETAL**

amb patates fregides

Fruita del temps **ECO**

**CIGRONS ECO AMB HORTALISSES** (col, ceba, porro i pastanaga)

**PEIX PLANXA**  
amb amanida

Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

**ARRÒS ECO AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA**  
**HAMBURGUESA VEGETAL**  
 amb patates fregides  
 Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO TRICOLOR** (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)  
**PEIX AL FORN**  
 amb patates, ceba i tomàquet al forn

Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO ESTIL ASIÀTIC** (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)  
**PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ**  
 amb amanida de tomàquet, i olives  
 Fruita del temps

**AMANIDA DE PATATA** (pèsols, pastanaga i olives)

**OUS A LA CATALANA** (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba i gratinats amb formatge)

Fruita del temps

DIJOUS

**AMANIDA DE PASTA ECO** (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat)  
**PEIX AL FORN**  
 amb amanida **ECO** de pastanaga i blat de moro  
 Fruita del temps **ECO**

**AMANIDA DE CIGRONS ECO** (tomàquet, pebrot vermell i olives)

**OUS FARCITS DE TONYINA I MAIONESA**

Fruita del temps **ECO**

**CREMA DE COLIFLOR**  
 amb crostons de pa torrat

**AMANIDA DE LLENTIES ECO**

(tomàquet, **OLIVES**, pebrot verd i vermell)  
 Fruita del temps **ECO**

**MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT**  
**PEIX FRESC AL FORN**  
 amb amanida d'enciam **ECO**, cogombrets i pastanaga  
 Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

**CREMA DE CARBASSÓ**  
 amb crostons de pa torrat  
**TRUITA FRANCESA**  
 amb mongeta blanca saltada **ECO**  
 Fruita del temps

**BROCOLI AMB PATATA**

**PEIX PLANXA**  
 amb enciam **ECO**, blat de moro i cogombre  
 Fruita del temps

**AMANIDA RUSSA** (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa)

**PEIX AL FORN**  
 amb amanida d'enciam **ECO**, tomàquet i formatge  
 Fruita del temps

**CREMA DE MONGETA BLANCA ECO I VERDURES**

**TRUITA FRANCESA**  
 Amb tomàquet amanit

Fruita del temps

Els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums, arròs, pasta i amanida i dos cops per setmana la fruita.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Un cop al mes es servirà peix fresc.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com



@tenomenjadors



@Teno\_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure  
de proximitat







OVOLACTOVEGETARIÀ



TAGAMANENT

Setembre



DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS



FESTIU

ESPIRALS **ECO** AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó) OUS ESTRELLATS AMB PATATA amb amanida d'enciam **ECO**, cogombre i pastanaga logurt

AMANIDA VERDA **ECO**  
**ARRÒS ECO AMB VERDURES I TOFU**  
logurt

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS



AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciam **ECO** pipes de gira-sol, crostons, panses i olives) **ESPAGUETIS ECO AMB TOMÀQUET (I XAMPINYONS)**  
logurt

AMANIDA DE TOMÀQUET, CROSTONS, ENCIAM I OLIVES  
**HAMBURGUESA VEGETAL** amb patates fregides  
Fruita del temps **ECO**

**CREMA DE VERDURES**  
**CIGRONS ECO AMB HORTALISSES** (col, ceba, porro i pastanaga)  
Fruita del temps **ECO**



DIMECRES

**ARRÒS ECO AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA**  
**HAMBURGUESA VEGETAL**  
amb patates fregides  
Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO TRICOLOR** (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro) **TOFU AMB VERDURES**  
Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO ESTIL ASIÀTIC** (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó) **SEITÀ ARREBOSSAT** amb amanida de tomàquet, i olives  
Fruita del temps

AMANIDA DE PATATA (pèsols, pastanaga i olives)  
**OUS A LA CATALANA** (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba i gratinat amb formatge)  
Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA **ECO** (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat) **CIGRONS AMB VERDURES**  
Fruita del temps **ECO**

AMANIDA DE CIGRONS **ECO** (tomàquet, pebrot vermell i olives) **OUS FARCITS DE OLIVES I MAIONESA**  
Fruita del temps **ECO**

**CREMA DE COLIFLOR** amb crostons de pa torrat  
AMANIDA DE LLENTIES **ECO** (tomàquet, **OLIVES**, pebrot verd i vermell)  
Fruita del temps **ECO**

**MACARRONS INTEGRALS AMB TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT**  
**AMANIDA DE TOMÀQUET I LLENTIES**  
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

**CREMA DE CARBASSÓ** amb crostons de pa torrat  
**AMANIDA DE MONGETA BLANCA**  
Fruita del temps

**BROCOLI AMB PATATA**  
**SEITÀ PLANXA** amb enciam **ECO**, blat de moro i cogombre  
Fruita del temps

AMANIDA RUSSA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa) **TOFU AMB VERDURES**  
Fruita del temps

**CREMA DE MONGETA BLANCA ECO I VERDURES**  
**TRUITA FRANCESA** Amb tomàquet amanit  
Fruita del temps



@tenomenjadors

@Teno\_menjadors

@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat

VEGÀ

Setembre

DEL 6 AL 8 DE  
SETEMBREDE L'11 AL 15 DE  
SETEMBREDEL 18 AL 22 DE  
SETEMBREDE 25 AL 29 DE  
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

AMANIDA VARIADA

ESPIRALS ECO AMB  
SOFREGIT DE  
VERDURES I TOFU(tomàquet, ceba, pebrot verd  
i carbassó)logurt VEGETAL  
S/LÀCTICS

AMANIDA VERDA ECO

ARRÒS ECO AMB  
VERDURES I TOFUlogurt VEGETAL  
S/LÀCTICSUs donem  
la  
benvinguda  
a l'espai del  
migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA  
(tomàquet, enciam ECO  
pipes de gira-sol, crostons,  
pansès i olives)ESPAGUETIS ECO AMB  
TOMÀQUET (I  
XAMPINYONS  
logurt VEGETAL  
S/LÀCTICSAMANIDA DE TOMÀQUET,  
CROSTONS, ENCIAM I  
OLIVESHAMBURGUESA VEGETAL  
amb patates fregides

Fruita del temps ECO

CREMA DE VERDURES

CIGRONS ECO AMB  
HORTALISSES (col, ceba,  
porro i pastanaga)

Fruita del temps ECO

DIMECRES

ARRÒS ECO AMB  
SALSA CASOLANA DE  
TOMÀQUET I  
PASTANAGA  
HAMBURGUESA  
VEGETALamb patates fregides  
Fruita del temps ECOARRÒS ECO TRICOLOR  
(amb mongeta verda,  
pastanaga i blat de moro)  
TOFU AMB VERDURES

Fruita del temps ECO

ARRÒS ECO ESTIL  
ASIÀTIC (amb saltat de  
pastanaga, ceba i  
carbassó)SEITÀ ARREBOSSAT  
amb amanida de  
tomàquet, i olives  
Fruita del tempsAMANIDA DE PATATA  
(pèsols, pastanaga i olives)SEITÀ PLANXA  
AMB ENCIAM I  
TOMÀQUET

Fruita del temps

Cuina de  
proximitat,  
menús  
saborosos i  
hàbits  
saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA  
ECO(tomàquet, olives i blat  
de moro, amb vinagreta  
suau d'alvocat)CIGRONS AMB  
VERDURES

Fruita del temps ECO

AMANIDA DE CIGRONS  
ECO (tomàquet, pebrot  
vermell i olives)TEMPURA DE  
VERDURES

Fruita del temps ECO

CREMA DE COLIFLOR  
amb crostons de pa  
torratAMANIDA DE LLENTIES  
ECO(tomàquet, OLIVES,  
pebrot verd i vermell)  
Fruita del temps ECOMACARRONS  
INTEGRALS AMB  
TOMÀQUETAMANIDA DE AMB  
LLENTIES

Fruita del temps ECO

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ  
amb crostons de pa  
torratAMANIDA DE  
MONGETA BLANCA

Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA

SEITÀ PLANXA  
amb enciam ECO, blat de  
moro i cogombre  
Fruita del tempsAMANIDA RUSSA  
(pèsols, pastanaga cuita  
i olives, amb vinagreta  
suau de mostassa)TOFU AMB VERDURES  
Fruita del tempsCREMA DE MONGETA  
BLANCA ECO I  
VERDURESTEMPURA DE  
VERDURES  
Amb amanida  
Fruita del temps