



NOVEMBRE



**SENSE PROTEÏNA
LLET DE VACA, NI OU
(si traces)**

DE L'1 AL 3 DE
NOVEMBRE

DEL 6 AL 10 DE
NOVEMBRE

DEL 13 AL 17 DE
NOVEMBRE

DEL 20 AL 24 DE
NOVEMBRE

DEL 27 AL 30 DE
NOVEMBRE

DILLUNS

**ARRÒS ECO AMB
VERDURES**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps **ECO**

**ESPAGUETIS ECO
(S/OU) AMB SOFREGIT
DE VERDURES**

***PEIX ARREBOSSAT
CASOLÀ (S/OU)** amb
enciam **ECO** i olives

Fruita del temps **ECO**

AMANIDA VARIADA ECO
(enciam **ECO**, pastanaga
ratllada, olives, panses,
*crostons, vinagreta suau)

**LLENTIES ECO
GUISADES
AMB VERDURES**

Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO AMB
TOMÀQUET**

PEIX AL FORN
amb verdures

Fruita del temps **ECO**

DIMARTS

**TALLARINES (S/OU)
ECO AMB TOMÀQUET**

PEIX AL FORN
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

BLEDES AMB PATATA

***POLLASTRE
ARREBOSSAT (S/OU)**
amb amanida **ECO** i
pastanaga

Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO DE
MUNTANYA**
(amb xampinyons)

LLOM AL FORN
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

**MONGETES BLANQUES
ECO SALTADES AMB
ALL I JULIVERT I
*CANSALADA**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb amanida
ECO i remolatxa

Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

FESTIU

BROCOLI I PASTANAGA

**MONGETA BLANCA
ECO ESTOFADA AMB
VERDURES** (col, ceba,
nap, tomàquet)

Fruita del temps **ECO**

**TASTET SORPRESA
(S/OU, S/LÀCTICS)**
**LLENTIES GUISADES
AMB VERDURES I
ARRÒS** (ceba,
tomàquet, pastanaga,
pebrot vermell i verd)

**GALL DINDI A LA
PLANXA** amb amanida
Fruita del temps **ECO**

**SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS
(S/OU) ECO**

***FLAUTES DE
POLLASTRE ROSTIT**
amb enciam **ECO** i olives

**ROCK'N ROLL DE
FRUITES ECO**

**CREMA DE VERDURES
(S/LÀCTICS)**

**MACARRONS (S/OU)
INTEGRALS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES ECO**

Fruita del temps **ECO**

DIJOUS

**LLENTIES ECO AMB
VERDURES**

PEIX A LA PLANXA amb
amanida d'enciam **ECO**,
remolatxa i pastanaga

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES
(coliflor, carbassa i nap i
ceba) **(S/LÀCTICS)**

POLLASTRE ESTOFAT
amb patates fregides

Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS AMB
VERDURES**

LLOM A LA JARDINERA

Fruita del temps **ECO**

**CREMA DE VERDURES
AMB *CROSTONS DE
PA (S/LÀCTICS)**

PEIX FRESC AL FORN
amb patata al forn

Fruita del temps **ECO**

BROCOLI AMB PATATA

**POLLASTRE A LA
LLIMONA**
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

**SOPA DE PASTA ECO
(S/OU)**

**POLLASTRE AL
FORN**
amb verdures

Fruita del temps **ECO**

AMANIDA ECO

**POTATGE DE CIGRONS
ECO I VERDURES**

Fruita del temps **ECO**

**SOPA DE PASTA (S/OU)
ECO**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb amanida
d'enciam **ECO**

Fruita del temps **ECO**

**TRINXAT DE COLIFLOR I
PATATA**

**CIGRONS ECO
ESTOFATS AMB
VERDURES**

Fruita del temps **ECO**



****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



TAGAMANENT

NOVEMBRE



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

DE L'1 AL 3 DE
NOVEMBRE

DEL 6 AL 10 DE
NOVEMBRE

DEL 13 AL 17 DE
NOVEMBRE

DEL 20 AL 24 DE
NOVEMBRE

DEL 27 AL 30 DE
NOVEMBRE

DILLUNS

**ARRÒS ECO AMB
VERDURES**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps **ECO**

**ESPAGUETIS ECO
(S/OU, S/GLUTEN) AMB
SOFREGIT DE
VERDURES**

***PEIX ARREBOSSAT
CASOLÀ (S/OU,
S/GLUTEN)** amb enciam
ECO i olives

Fruita del temps **ECO**

AMANIDA VARIADA ECO
(enciam **ECO**, pastanaga
ratllada, olives, *crostons,
vinagreta suau)

**MONGETES BLANQUES
ECO GUISADES
AMB VERDURES**

Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO AMB
TOMÀQUET**

PEIX AL FORN
amb verdures

Fruita del temps **ECO**

DIMARTS

**TALLARINES (S/OU,
S/GLUTEN) ECO AMB
TOMÀQUET**

PEIX AL FORN
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

BLEDES AMB PATATA

***POLLASTRE
ARREBOSSAT (S/OU,
S/GLUTEN)**
amb amanida **ECO** i
pastanaga

Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS ECO DE
MUNTANYA**
(amb xampinyons)

LLOM AL FORN
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

**MONGETES BLANQUES
ECO SALTADES AMB
ALL I JULIVERT I
*CANSALADA**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb amanida
ECO i remolatxa

Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

FESTIU

BROCOLI I PASTANAGA

**MONGETA BLANCA
ECO ESTOFADA AMB
VERDURES** (col, ceba,
nap, tomàquet)

Fruita del temps **ECO**

**TASTET SORPRESA
(S/OU, S/LÀCTICS, S/GLUTEN)
MONGETES BLANQUES
GUISADES AMB
VERDURES I ARRÒS**
(ceba, tomàquet,
pastanaga, pebrot
vermell i verd)

**GALL DINDI A LA
PLANXA** amb amanida
Fruita del temps **ECO**

**SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS
(S/OU, S/GLUTEN) ECO**

***FLAUTES (S/OU,
S/GLUTEN) DE
POLLASTRE ROSTIT**
amb enciam **ECO** i olives

**ROCK'N ROLL DE
FRUITES ECO**

**CREMA DE VERDURES
(S/LÀCTICS)**

**MACARRONS (S/OU,
S/GLUTEN) INTEGRALS
A LA BOLONYESA DE
PÈSOLS ECO**

Fruita del temps **ECO**

DIJOUS

**PÈSOLS SALTEJATS
AMB VERDURES**

PEIX A LA PLANXA amb
amanida d'enciam **ECO**,
remolatxa i pastanaga

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES
(coliflor, carbassa i nap i
ceba) (S/LÀCTICS)

POLLASTRE ESTOFAT
amb patates fregides

Fruita del temps **ECO**

**ARRÒS AMB
VERDURES**

LLOM A LA JARDINERA

Fruita del temps **ECO**

**CREMA DE VERDURES
AMB *CROSTONS DE
PA (S/LÀCTICS,
S/GLUTEN)**

PEIX FRESC AL FORN
amb patata al forn

Fruita del temps **ECO**

BROCOLI AMB PATATA

**POLLASTRE A LA
LLIMONA**
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

**SOPA DE PASTA ECO
(S/OU, S/GLUTEN)**

**POLLASTRE AL
FORN**
amb verdures

Fruita del temps **ECO**

AMANIDA ECO

**POTATGE DE CIGRONS
ECO I VERDURES**

Fruita del temps **ECO**

**SOPA DE PASTA (S/OU)
ECO**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb amanida
d'enciam **ECO** i blat de
moro

Fruita del temps **ECO**

**TRINXAT DE COLIFLOR I
PATATA**

**CIGRONS ECO
ESTOFATS AMB
VERDURES**

Fruita del temps **ECO**



****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



TAGAMANENT

NOVEMBRE



SENSE OU

DE L'1 AL 3 DE NOVEMBRE DEL 6 AL 10 DE NOVEMBRE DEL 13 AL 17 DE NOVEMBRE DEL 20 AL 24 DE NOVEMBRE DEL 27 AL 30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS ECO AMB VERDURES

POLLASTRE A LA PLANXA
amb enciam i pastanaga

logurt

ESPAGUETIS (S/OU) ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES

***PEIX ARREBOSSAT CASÒLA (S/OU)**
amb enciam ECO i olives

logurt

AMANIDA VARIADA ECO
(enciam ECO, pastanaga ratllada, olives, panses, *crostons, *formatge a daus i vinagreta suau)

LLENTIES ECO GUISADES AMB VERDURES

logurt

ARRÒS ECO AMB TOMÀQUET

PEIX AL FORN
amb verdures

logurt

DIMARTS

TALLARINES (S/OU) ECO AMB TOMÀQUET

PEIX AL FORN
amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

BLEDES AMB PATATA

POLLASTRE ARREBOSSAT (S/OU)
amb amanida ECO i pastanaga

Fruita del temps ECO

ARRÒS ECO DE MUNTANYA
(amb xampinyons)

LLOM AL FORN
amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

MONGETES BLANQUES ECO SALTADES AMB ALL I JULIVERT I CANSALADA

POLLASTRE A LA PLANXA amb amanida ECO i remolatxa

Fruita del temps ECO

DIMECRES

FESTIU

***GRATINAT DE BROCOLI I PASTANAGA**

MONGETA BLANCA ECO ESTOFADA AMB VERDURES (col, ceba, nap, tomàquet)

Fruita del temps ECO

TASTET SORPRESA (S/OU)

LLENTIES GUISADES AMB VERDURES I ARRÒS (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i verd)

GALL DINDI A LA PLANXA amb amanida

Fruita del temps ECO

SANTA CECILIA DIA DE LA MÚSICA!!

SOPA AMB PISTONS (S/OU) ECO

***FLAUTES DE POLLASTRE ROSTIT**
amb enciam ECO i olives

ROCK'N ROLL DE FRUITES ECO

CREMA DE VERDURES

MACARRONS (S/OU) INTEGRALS A LA BOLONYESA DE LLENTIES ECO

Fruita del temps ECO

DIJOUS

LLENTIES ECO AMB VERDURES

PEIX A LA PLANXA
amb amanida d'enciam ECO, remolatxa i pastanaga

Fruita del temps ECO

CREMA DE VERDURES
(coliflor, carbassa i nap i ceba)

POLLASTRE ESTOFAT
amb patates fregides

Fruita del temps ECO

ARRÒS AMB VERDURES

LLOM A LA JARDINERA

Fruita del temps ECO

CREMA DE VERDURES AMB *CROSTONS DE PA

PEIX FRESC AL FORN
amb patata al forn

Fruita del temps ECO

BROCOLI AMB PATATA

POLLASTRE A LA LLIMONA
amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

DIVENDRES

SOPA DE PASTA (S/OU) ECO

POLLASTRE AL FORN
amb verdures

Fruita del temps ECO

AMANIDA ECO AMB *FORMATGE

POTATGE DE CIGRONS ECO I VERDURES

Fruita del temps ECO

SOPA DE PASTA (S/OU) ECO

***QUICHE** amb amanida d'enciam ECO i blat de moro

Fruita del temps ECO

TRINXAT DE COLIFLOR I PATATA

CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES

Fruita del temps ECO



****ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI OU**

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com



@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure de proximitat

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

novembre

DE L'1 AL 3 DE
NOVEMBRE

DEL 6 AL 10 DE
NOVEMBRE

DEL 13 AL 17 DE
NOVEMBRE

DEL 20 AL 24 DE
NOVEMBRE

DEL 27 AL 30 DE
NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS **ECO** AMB
VERDURES

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps **ECO**

ESPAGUETIS **ECO**
(S/OU, S/GLUTEN) AMB
SOFREGIT DE
VERDURES

***LLOM ARREBOSSAT
CASOLÀ (S/OU,
S/GLUTEN)** amb enciam
ECO i olives

Fruita del temps **ECO**

AMANIDA VARIADA **ECO**
(enciam **ECO**, pastanaga
ratllada, olives, *crostons,
vinagreta suau)

**GALL DINDI A LA
PLANXA AMB
VERDURES**

Fruita del temps **ECO**

ARRÒS **ECO** AMB
TOMÀQUET

LLOM AL FORN
amb verdures

Fruita del temps **ECO**

DIMARTS

TALLARINES (S/OU,
S/GLUTEN) **ECO** AMB
TOMÀQUET

LLOM AL FORN
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

Fruita del temps **ECO**
BLEDES AMB PATATA

***POLLASTRE
ARREBOSSAT (S/OU,
S/GLUTEN)**
amb amanida **ECO** i
pastanaga

Fruita del temps **ECO**

ARRÒS **ECO** DE
MUNTANYA
(amb xampinyons)

LLOM AL FORN
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

PASTA **ECO** SALTADES
AMB ALL I JULIVERT I
***CANSALADA**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb amanida
ECO i remolatxa

Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

FESTIU

BROCOLI I PASTANAGA

GALL DINDI AL FORN
amb patates al forn

Fruita del temps **ECO**

TASTET SORPRESA
(S/OU, S/LÀCTICS, S/GLUTEN,
S/LLEGUMS, S/PEIX,
S/ALVOCAT)

**PATATES GUISADES
AMB VERDURES** (ceba,
tomàquet, pastanaga,
pebrot vermell i verd)

**GALL DINDI A LA
PLANXA** amb amanida
Fruita del temps **ECO**

**SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS
(S/OU, S/GLUTEN) **ECO****

***FLAUTES (S/OU,
S/GLUTEN) DE
POLLASTRE ROSTIT**
amb enciam **ECO** i olives

**ROCK'N ROLL DE
FRUITES **ECO****

CREMA DE VERDURES
(S/LÀCTICS)

**MACARRONS (S/OU,
S/GLUTEN) INTEGRALS
A LA *BOLONYESA DE
PORC **ECO****

Fruita del temps **ECO**

DIJOUS

**MONGETA TENDRA
AMB PATATA**

LLOM A LA PLANXA
amb amanida d'enciam
ECO, remolatxa i
pastanaga

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES
(coliflor, carbassa i nap i
ceba) (S/LÀCTICS)

POLLASTRE ESTOFAT
amb patates fregides

Fruita del temps **ECO**

ARRÒS AMB
VERDURES

LLOM A LA JARDINERA

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES
AMB ***CROSTONS DE
PA (S/LÀCTICS,
S/GLUTEN)**

LLOM AL FORN
amb patata al forn

Fruita del temps **ECO**

BROCOLI AMB PATATA

**POLLASTRE A LA
LLIMONA**
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

SOPA DE PASTA **ECO
(S/OU, S/GLUTEN)**

**POLLASTRE AL
FORN**
amb verdures

Fruita del temps **ECO**

**POTATGE DE PATATES
ECO I VERDURES**

LLOM A LA PLANXA
amb amanida

Fruita del temps **ECO**

**SOPA DE PASTA (S/OU)
ECO**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb amanida
d'enciam **ECO** i blat de
moro

Fruita del temps **ECO**

**TRINXAT DE COLIFLOR I
PATATA**

**POLLASTRE A LA
PLANXA** amb amanida

Fruita del temps **ECO**



****ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI OU, LLEGUMS, ALVOCAT,
LÀCTICS. GLUTEN, PEIX NI FRUITS SECS**

Telèfon de menjador: 665009476

@tenomenjadors

email: menjadortaga@gmail.com

@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat



NOVEMBRE



SENSE FRUITS SECS

DE L'1 AL 3 DE NOVEMBRE

DEL 6 AL 10 DE NOVEMBRE

DEL 13 AL 17 DE NOVEMBRE

DEL 20 AL 24 DE NOVEMBRE

DEL 27 AL 30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS **ECO** AMB VERDURES
POLLASTRE A LA PLANXA
amb enciam i pastanaga
logurt

ESPAGUETIS **ECO** AMB SOFREGIT DE VERDURES
***PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb enciam **ECO** i olives
logurt

AMANIDA VARIADA **ECO**
(enciam **ECO**, pastanaga ratllada, olives, *crostons, *formatge a daus i vinagreta suau)
LLENTIES ECO GUISADES AMB VERDURES
logurt

ARRÒS **ECO** AMB TOMÀQUET
PEIX AL FORN
amb verdures
logurt

DIMARTS

TALLARINES **ECO** AMB TOMÀQUET
PEIX AL FORN
amb amanida **ECO**
Fruita del temps **ECO**

BLEDES AMB PATATA
***POLLASTRE ARREBOSSAT**
amb amanida **ECO** i pastanaga
Fruita del temps **ECO**

ARRÒS **ECO** DE MUNTANYA
(amb xampinyons)
***SALSITXES AL FORN**
amb amanida **ECO**
Fruita del temps **ECO**

MONGETES BLANQUES **ECO** SALTADES AMB ALL I JULIVERT I ***CANSALADA**
OUS GRATINATS
amb amanida **ECO** i remolatxa
Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

FESTIU

***GRATINAT DE BROCOLI I PASTANAGA**
MONGETA BLANCA ECO ESTOFADA AMB VERDURES (col, ceba, nap, tomàquet)
Fruita del temps **ECO**

TASTET SORPRESA (S/FRUITS SECS)
LLENTIES GUISADES AMB VERDURES I ARRÒS (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i verd)
OUS GRATINATS AMB TOMÀQUET I FORMATGE
Fruita del temps **ECO**

SANTA CECILIA DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS ECO
***FLAUTES DE POLLASTRE ROSTIT**
amb enciam **ECO** i olives
ROCK'N ROLL DE FRUITES ECO

CREMA DE VERDURES
MACARRONS INTEGRALS A LA *BOLONYESA DE LLENTIES ECO
Fruita del temps **ECO**

DIJOUS

LLENTIES ECO AMB VERDURES
OUS REMENATS
amb amanida d'enciam **ECO**, remolatxa i pastanaga
Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES (coliflor, carbassa i nap i ceba)
POLLASTRE ESTOFAT
amb patates fregides
Fruita del temps **ECO**

ARRÒS AMB VERDURES
***MANDONGUILLES A LA JARDINERA**
Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES AMB *CROSTONS DE PA
PEIX FRESC AL FORN
amb patata al forn
Fruita del temps **ECO**

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE A LA LLIMONA
amb amanida **ECO**
Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

SOPA DE PASTA ECO
POLLASTRE AL FORN
amb verdures
Fruita del temps **ECO**

AMANIDA ECO AMB *FORMATGE
POTATGE DE CIGRONS ECO I VERDURES
Fruita del temps **ECO**

SOPA DE PASTA ECO
***QUICHE** amb amanida d'enciam **ECO** i blat de moro
Fruita del temps **ECO**

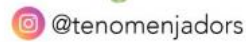
TRINXAT DE COLIFLOR I PATATA
CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES
Fruita del temps **ECO**



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

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com





TAGAMANENT

NOVEMBRE



SENSE LACTOSA

DE L'1 AL 3 DE NOVEMBRE DEL 6 AL 10 DE NOVEMBRE DEL 13 AL 17 DE NOVEMBRE DEL 20 AL 24 DE NOVEMBRE DEL 27 AL 30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÓS ECO AMB VERDURES

POLLASTRE A LA PLANXA
amb enciam i pastanaga

logurt S/LACTOSA

ESPAGUETIS ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES formatge S/LACTOSA

***PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ** amb enciam ECO i olives

logurt S/LACTOSA

AMANIDA VARIADA ECO (enciam ECO, pastanaga ratllada, olives, panses, crostons, formatge S/LACTOSA a daus i *vinagreta suau)

LLENTIES ECO GUISADES AMB VERDURES

ARRÓS ECO AMB TOMÀQUET

PEIX AL FORN amb verdures

logurt S/LACTOSA

DIMARTS

TALLARINES ECO AMB TOMÀQUET formatge S/LACTOSA

PEIX AL FORN amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

BLEDES AMB PATATA

*** POLLASTRE ARREBOSSAT** amb amanida ECO i pastanaga

Fruita del temps ECO

ARRÓS ECO DE MUNTANYA (amb xampinyons)

***SALSITXES S/LACTOSA AL FORN** amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

MONGETES BLANQUES ECO SALTADES AMB ALL I JULIVERT I *CANSALADA

OUS GRATINATS S/LACTOSA amb amanida ECO i remolatxa

Fruita del temps ECO

DIMECRES

FESTIU

GRATINAT S/LACTOSA DE BROCOLI I PASTANAGA

MONGETA BLANCA ECO ESTOFADA AMB VERDURES (col, ceba, nap, tomàquet)

Fruita del temps ECO

TASTET SORPRESA S/LACTOSA

LLENTIES GUISADES AMB VERDURES I ARRÓS (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i verd)

OUS GRATINATS AMB TOMÀQUET I FORMATGE S/LACTOSA

SANTA CECILIA DIA DE LA MÚSICA!! SOPA AMB PISTONS ECO

***FLAUTES DE POLLASTRE ROSTIT** amb enciam ECO i olives

ROCK'N ROLL DE FRUITES ECO

CREMA DE VERDURES S/LACTOSA

MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA DE LLENTIES ECO formatge S/LACTOSA

Fruita del temps ECO

DIJOUS

LLENTIES ECO AMB VERDURES

OUS REMENATS amb amanida d'enciam ECO, remolatxa i pastanaga

Fruita del temps ECO

CREMA DE VERDURES (coliflor, carbassa i nap i ceba) S/LACTOSA

POLLASTRE ESTOFAT amb patates fregides

Fruita del temps ECO

ARRÓS AMB VERDURES

***MANDONGUILLES S/LACTOSA A LA JARDINERA**

Fruita del temps ECO

CREMA DE VERDURES AMB *CROSTONS DE PA S/LACTOSA

PEIX FRESC AL FORN amb patata al forn

Fruita del temps ECO

BROCOLI AMB PATATA

POLLASTRE A LA LLIMONA amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

DIVENDRES

SOPA DE PASTA ECO

POLLASTRE AL FORN amb verdures

Fruita del temps ECO

AMANIDA ECO AMB FORMATGE S/LACTOSA

POTATGE DE CIGRONS ECO I VERDURES

Fruita del temps ECO

SOPA DE PASTA ECO

QUICHE S/LACTOSA amb amanida d'enciam ECO i blat de moro

Fruita del temps ECO

TRINXAT DE COLIFLOR I PATATA

CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES

Fruita del temps ECO



****ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI LACTOSA**

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com

@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat



TAGAMANENT

NOVEMBRE



SENSE GLUTEN

DE L'1 AL 3 DE NOVEMBRE

DEL 6 AL 10 DE NOVEMBRE

DEL 13 AL 17 DE NOVEMBRE

DEL 20 AL 24 DE NOVEMBRE

DEL 27 AL 30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS **ECO** AMB VERDURES
POLLASTRE A LA PLANXA
amb enciam i pastanaga

logurt

ESPAGUETIS **S/GLUTEN ECO** AMB SOFREGIT DE VERDURES

*PEIX ARREBOSSAT CASOLÀ **S/GLUTEN** amb enciam **ECO** i olives

logurt

AMANIDA VARIADA **ECO** (enciam **ECO**, pastanaga ratllada, olives, *crostons, *formatge a daus i *vinagreta suau)

LLENTIES **ECO** GUISADES AMB VERDURES

logurt

ARRÒS **ECO** AMB TOMÀQUET

PEIX AL FORN amb verdures

logurt

DIMARTS

TALLARINES **S/GLUTEN ECO** AMB TOMÀQUET

PEIX AL FORN amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

BLEDES AMB PATATA

POLLASTRE ARREBOSSAT
S/GLUTEN amb amanida **ECO** i pastanaga

Fruita del temps **ECO**

ARRÒS **ECO** DE MUNTANYA (amb xampinyons)

*SALSITXES **S/GLUTEN** AL FORN amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

MONGETES BLANQUES **ECO** SALTADES AMB ALL I JULIVERT I *CANSALADA

OUS GRATINATS **S/GLUTEN** amb amanida **ECO** i remolatxa

Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

FESTIU

*GRATINAT DE BROCOLI I PASTANAGA

MONGETA BLANCA **ECO** ESTOFADA AMB VERDURES (col, ceba, nap, tomàquet)

Fruita del temps **ECO**

TASTET SORPRESA **S/GLUTEN**
MONGETES BLANQUES GUISADES AMB VERDURES I ARRÒS (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i verd)

OUS GRATINATS AMB TOMÀQUET I
FORMATGE **S/GLUTEN**
Fruita del temps **ECO**

SANTA CECILIA DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS **S/GLUTEN ECO**

*FLAUTES **S/GLUTEN** DE POLLASTRE ROSTIT amb enciam **ECO** i olives

ROCK'N ROLL DE FRUITES **ECO**

CREMA DE VERDURES

MACARRONS **S/GLUTEN INTEGRALS** A LA BOLONYESA DE PÈSOLS **ECO**

Fruita del temps **ECO**

DIJOUS

MONGETES BLANQUES ECO AMB VERDURES

OUS REMENATS amb amanida d'enciam **ECO**, remolatxa i pastanaga

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES (coliflor, carbassa i nap i ceba)

POLLASTRE ESTOFAT amb patates fregides

Fruita del temps **ECO**

ARRÒS AMB VERDURES

*MANDONGUILLES **S/GLUTEN** A LA JARDINERA

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES AMB *CROSTONS DE PA

PEIX FRESC AL FORN amb patata al forn

Fruita del temps **ECO**

BROCOLI AMB PATATA

POLLASTRE A LA LLIMONA amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

SOPA DE PASTA **ECO S/GLUTEN**

POLLASTRE AL FORN amb verdures

Fruita del temps **ECO**

AMANIDA **ECO** AMB *FORMATGE

POTATGE DE CIGRONS **ECO** I VERDURES

Fruita del temps **ECO**

SOPA DE PASTA **ECO**

QUICHE amb amanida d'enciam **ECO** i blat de moro

Fruita del temps **ECO**

TRINXAT DE COLIFLOR I PATATA

CIGRONS **ECO** ESTOFATS AMB VERDURES

Fruita del temps **ECO**



****ES COMPROVARÀ QUE CAP INGREDIENT CONTINGUI GLUTEN**

Telèfon de menjador: 665009476

email: menjadortaga@gmail.com



@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure de proximitat



TAGAMANENT

NOVEMBRE



SENSE CARN

DE L'1 AL 3 DE NOVEMBRE DEL 6 AL 10 DE NOVEMBRE DEL 13 AL 17 DE NOVEMBRE DEL 20 AL 24 DE NOVEMBRE DEL 27 AL 30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS ECO AMB VERDURES

CROQUETES VEGETALS
amb enciam i pastanaga

logurt

ESPAGUETIS ECO AMB SOFREGIT DE VERDURES

SEITONS EN TEMPURA
amb enciam ECO i olives

logurt

AMANIDA VARIADA ECO
(enciam ECO, pastanaga ratllada, olives, panses, crostons, formatge a daus i vinagreta suau)

LLENTIES ECO GUISADES AMB VERDURES

logurt

ARRÒS ECO AMB TOMÀQUET

PEIX AL FORN
amb verdurettes

logurt

DIMARTS

TALLARINES ECO AMB TOMÀQUET

PEIX AL FORN
amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

BLEDES AMB PATATA

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida ECO i pastanaga

Fruita del temps ECO

ARRÒS ECO DE MUNTANYA
(amb xampinyons)

PEIX AL FORN
amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

MONGETES BLANQUES ECO SALTADES AMB ALL I JULIVERT I CANSALADA

OUS GRATINATS
amb amanida ECO i remolatxa

Fruita del temps ECO

DIMECRES

FESTIU

GRATINAT DE BROCOLI I PASTANAGA

MONGETA BLANCA ECO ESTOFADA AMB VERDURES (col, ceba, nap, tomàquet)

Fruita del temps ECO

TASTET SORPRESA LLENTIES GUISADES AMB VERDURES I ARRÒS (ceba, tomàquet, pastanaga, pebrot vermell i verd)

OUS GRATINATS AMB TOMÀQUET I FORMATGE

Fruita del temps ECO

SANTA CECILIA DIA DE LA MÚSICA!! SOPA DE BROU DE VERDURES AMB PISTONS ECO

TRUITA FRANCESA
amb enciam ECO i olives

ROCK'N ROLL DE FRUITES ECO

CREMA DE VERDURES

MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA DE LLENTIES ECO

Fruita del temps ECO

DIJOUS

LLENTIES ECO AMB VERDURES

OUS REMENATS
amb amanida d'enciam ECO, remolatxa i pastanaga

Fruita del temps ECO

CREMA DE VERDURES
(coliflor, carbassa i nap i ceba)

PEIX ESTOFAT amb patates fregides

Fruita del temps ECO

ARRÒS AMB VERDURES

PEIX A LA JARDINERA

Fruita del temps ECO

CREMA DE VERDURES AMB CROSTONS DE PA

PEIX FRESC AL FORN
amb patata al forn

Fruita del temps ECO

BROCOLI AMB PATATA

PEIX A LA L LIMONA
amb amanida ECO

Fruita del temps ECO

DIVENDRES

SOPA DE BROU DE VERDURES AMB PASTA ECO

PEIX AL FORN
amb verdurettes

Fruita del temps ECO

AMANIDA ECO AMB FORMATGE

POTATGE DE CIGRONS ECO I VERDURES

Fruita del temps ECO

SOPA DE BROU DE VERDURES AMB PASTA ECO

QUICHE amb amanida d'enciam ECO i blat de moro

Fruita del temps ECO

TRINXAT DE COLIFLOR I PATATA

CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES

Fruita del temps ECO



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. @tenomenjadors
Telèfon de menjador: 665009476 email: menjadortaga@gmail.com



Teno
Cuina i lleure de proximitat

@tenomenjadors @Teno_menjadors @tenomenjadors

OVOLACTOVEGETARIÀ

NOVEMBRE

DE L'1 AL 3 DE
NOVEMBREDEL 6 AL 10 DE
NOVEMBREDEL 13 AL 17 DE
NOVEMBREDEL 20 AL 24 DE
NOVEMBREDEL 27 AL 30 DE
NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÓS **ECO** AMB
VERDURES

CROQUETES VEGETALS
amb enciam i pastanaga

logurt

ESPAGUETIS **ECO** AMB
SOFREGIT DE
VERDURES

**HAMBURGUESA
VEGETAL**
amb enciam **ECO** i olives

logurt

AMANIDA VARIADA **ECO**
(enciam **ECO**, pastanaga
ratllada, olives, panses,
crostons, formatge a daus
i vinagreta suau)

LLENTIES **ECO
GUISADES
AMB VERDURES**

logurt

ARRÓS **ECO** AMB
TOMÀQUET

TOFU AL FORN
amb verdurettes

logurt

DIMARTS

TALLARINES **ECO** AMB
TOMÀQUET

TRUITA FRANCESA
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

BLEDES AMB PATATA

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
amanida **ECO** i pastanaga

Fruita del temps **ECO**

ARRÓS **ECO** DE
MUNTANYA
(amb xampinyons)

TOFU AL FORN
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

MONGETES BLANQUES
ECO SALTADES AMB
ALL I JULIVERT I
CANSALADA

OUS GRATINATS
amb amanida **ECO** i
remolatxa

Fruita del temps **ECO**

DIMECRES

FESTIU

GRATINAT DE BROCOLI
I PASTANAGA

MONGETA BLANCA
ECO ESTOFADA AMB
VERDURES (col, ceba,
nap, tomàquet)

Fruita del temps **ECO**

**TASTET SORPRESA
(S/CARN, S/PEIX)**
LLENTIES GUISADES
AMB VERDURES I
ARRÓS (ceba,
tomàquet, pastanaga,
pebrot vermell i verd)

OUS GRATINATS AMB
TOMÀQUET I
FORMATGE

Fruita del temps **ECO**

SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!
**SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB
PISTONS **ECO****

TRUITA FRANCESA
amb enciam **ECO** i olives

**ROCK'N ROLL DE
FRUITES **ECO****

CREMA DE VERDURES

**MACARRONS
INTEGRALS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES **ECO****

Fruita del temps **ECO**

DIJOUS

LLENTIES **ECO AMB
VERDURES**

OUS REMENATS
amb amanida d'enciam
ECO, remolatxa i
pastanaga

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES
(coliflor, carbassa i nap i
ceba)

**PÈSOLS SALTEJATS
AMB CEBA** amb patates
fregides

Fruita del temps **ECO**

**ARRÓS AMB
VERDURES**

TOFU A LA JARDINERA

Fruita del temps **ECO**

CREMA DE VERDURES
AMB CROSTONS DE PA

SEITÀ AL FORN
amb patata al forn

Fruita del temps **ECO**

BROCOLI AMB PATATA

TRUITA FRANCESA
amb amanida **ECO**

Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

**SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA
ECO**

**CIGRONS
SALTEJATS**
amb verdurettes

Fruita del temps **ECO**

AMANIDA **ECO** AMB
FORMATGE

POTATGE DE CIGRONS
ECO I VERDURES

Fruita del temps **ECO**

**SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA
ECO**

QUICHE amb amanida
d'enciam **ECO** i blat de
moro

Fruita del temps **ECO**

TRINXAT DE COLIFLOR I
PATATA

CIGRONS **ECO**
ESTOFATS AMB
VERDURES

Fruita del temps **ECO**



DE L'1 AL 3 DE
NOVEMBREDEL 6 AL 10 DE
NOVEMBREDEL 13 AL 17 DE
NOVEMBREDEL 20 AL 24 DE
NOVEMBREDEL 27 AL 30 DE
NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS **ECO** AMB
VERDURES**SEITÀ A LA PLANXA**
amb enciam i pastanagalogurt **VEGETAL**
S/LÀCTICSESPAGUETIS **ECO** AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (**S/LÀCTICS**)**SEITÀ A LA PLANXA**
amb enciam **ECO** i oliveslogurt **VEGETAL**
S/LÀCTICSAMANIDA VARIADA **ECO**
(enciam **ECO**, pastanaga
ratllada, olives, panses,
*crostons i vinagreta suau)**LLENTIES ECO**
GUISADES
AMB VERDURESlogurt **VEGETAL**
S/LÀCTICSARRÒS **ECO** AMB
TOMÀQUET**TOFU AL FORN**
amb verduretteslogurt **VEGETAL**
S/LÀCTICS

DIMARTS

TALLARINES **ECO** AMB
TOMÀQUET
(**S/LÀCTICS**)**TOFU AL FORN**
amb amanida **ECO**Fruita del temps **ECO**

BLEDES AMB PATATA

CIGRONS SALTEJATS
AMB TOMÀQUET amb
amanida **ECO** i pastanagaFruita del temps **ECO**ARRÒS **ECO** DE
MUNTANYA
(amb xampinyons)**TOFU AL FORN**
amb amanida **ECO**Fruita del temps **ECO****TRICOLOR DE**
VERDURES**MONGETES BLANQUES**
ECO SALTADES AMB
ALL I JULIVERT amb
amanida **ECO** i remolatxaFruita del temps **ECO**

DIMECRES

FESTIU

BROCOLI I PASTANAGA**MONGETA BLANCA**
ECO ESTOFADA AMB
VERDURES (col, ceba,
nap, tomàquet)Fruita del temps **ECO****TASTET SORPRESA**
(**S/LÀCTICS**, **S/OU**, **S/CARN**,
S/PEIX)**LLENTIES GUISADES**
AMB VERDURES I
ARRÒS (ceba,
tomàquet, pastanaga,
pebrot vermell i verd)Fruita del temps **ECO****SANTA CECILIA**
DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB
PISTONS ECO**MONGETES BLANQUES**
SALTEJADES AMB
TOMÀQUET amb enciam
ECO i olives**CREMA DE VERDURES**
(**S/LÀCTICS**)**MACARRONS**
INTEGRALS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES ECOFruita del temps **ECO**

DIJOUS

MINISTRA DE
VERDURES**LLENTIES ECO** AMB
VERDURES amb
amanida d'enciam **ECO**,
remolatxa i pastanagaFruita del temps **ECO****CREMA DE VERDURES**
(coliflor, carbassa i nap i
ceba (**S/LÀCTICS**))**PÈSOLS SALTEJATS**
AMB CEBA amb patates
fregidesFruita del temps **ECO****ARRÒS AMB**
VERDURES**TOFU A LA JARDINERA**Fruita del temps **ECO****CREMA DE VERDURES**
AMB ***CROSTONS DE PA**
(**S/LÀCTICS**)**SEITÀ AL FORN**
amb patata al fornFruita del temps **ECO****BROCOLI AMB PATATA****PÈSOLS SALTEJATS**
AMB VERDURES
amb amanida **ECO**Fruita del temps **ECO**

DIVENDRES

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA
ECO**CIGRONS**
SALTEJATS
amb verdurettesFruita del temps **ECO****AMANIDA ECO**
(**S/FORMATGE**)**POTATGE DE CIGRONS**
ECO I VERDURESFruita del temps **ECO****SOPA DE BROU DE**
VERDURES AMB PASTA
ECO**MONGETES BLANQUES**
SALTEJADES AMB
VERDURES amb
amanida d'enciam **ECO** i
blat de moroFruita del temps **ECO****TRINXAT DE COLIFLOR I**
PATATA**CIGRONS ECO**
ESTOFATS AMB
VERDURESFruita del temps **ECO**