



GLUTEN

OU

API

LLET I DERIVATS

PROTEÏNA DE VACA

SULFITS

LLEGUMS

PEIX

FRUITS DE CLOSCA



DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOURS 1	DIVENDRES 2
			FESTIU	FESTIU
<p>DILLUNS 5</p> <p>LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)</p> <p>TRUITA A LA FRANCESA 1</p> <p>2 JULIANA D' ENCIAM</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIMARTS 6</p> <p>SOPA DE VERDURES AMB GALETS</p> <p>3 4 SALMÓ A LES FINES HERBES 5</p> <p>7 6 AMANIDA VARIADA</p> <p>IOGURT</p>	<p>DIMECRES 7</p> <p>CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)</p> <p>POLLASTRE AMB SOJA I MEL 8</p> <p>9 CUSCÚS 10</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIJOURS 8</p> <p>ARRÒS TRES DELÍCIES (pastanaga, blat de moro i truita)</p> <p>11 LLUÇ A LA ROMANA (amb farina i ou)</p> <p>12 13 14 AMANIDA DE TARONGES (enciarn, taronges i FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIVENDRES 9</p> <p>PATATES, MONGETES VERDES I PASTANAGUES BULLIDES</p> <p>DAUS DE LLOM ESTOFATS</p> <p>15 XAMPINYONS AMB FARIGOLA I LLI MONA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
<p>DILLUNS 12</p> <p>CREMA DE PASTANAGA I CURRI</p> <p>DAUETS DE CAÇÓ EN ADOB SUAU</p> <p>16 18 17 AMANIDA D' ENCIAM, BLAT DE MORO I FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIMARTS 13</p> <p>MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell)</p> <p>TRUITA DE FORMATGE 19</p> <p>20 21 22 AMANIDA VARIADA</p> <p>IOGURT</p>	<p>DIMECRES 14</p> <p>MACARRONS AMB SALSA DE CARBASSA, CEBA I PORROS</p> <p>23 24 POLLASTRE AMB SALSA DE LLI MONA</p> <p>25 26 PURÉ DE POMA I PATATA AMB CANYELLA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIJOURS 15</p> <p>BLEDES AMB PATATES</p> <p>PIZZA CASOLANA DE TONYINA</p> <p>27 29 30 28 JULIANA D' ENCIAM</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIVENDRES 16</p> <p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>PILOTA CASOLANA EN SALSA</p> <p>31 32 34 33 PASTANAGA EN TEMPURA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
<p>DILLUNS 19</p> <p>LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet)</p> <p>TRUITA DE PATATES I CEBA 35</p> <p>36 AMANIDA D' ENCIAM, PASTANAGA I BLAT DE DE IOGURT</p>	<p>DIMARTS 20</p> <p>CREMA DE PASTANAGA, TARONJA I API</p> <p>BACALLÀ GRATINAT AMB ALLIOLI DE POMA (by Marta Benet) 37</p> <p>38 39 40 CUSCÚS</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIMECRES 21</p> <p>BROU CASOLÀ AMB PISTONS</p> <p>41 42 43 44 POLLASTRE AMB MONIATO I PANSES (by Pepi Lorente)</p> <p>45 AMANIDA DE TEMPORADA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIJOURS 22</p> <p>ARRÒS A LA CASSOLA AMB VEGETAL</p> <p>CAÇÓ A LA ROMANA (fregit amb farina i ou) 46 47</p> <p>48 49 50 AMANIDA D' ENCIAM, OLIVES I REMOLATXA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIVENDRES 23</p> <p>MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES</p> <p>SALSITXES A LA PLANXA</p> <p>51 SAMFAINA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>
<p>DILLUNS 26</p> <p>CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)</p> <p>TRUITA DE FORMATGE 52</p> <p>53 54 55 AMANIDA D' ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIMARTS 27</p> <p>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS</p> <p>56 57 58 AMANIDA VARIADA</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIMECRES 28</p> <p>GUISAT DE CIGRONS AMB VERDURES, COMÍ I FARIGOLA (by Laura)</p> <p>PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA 59</p> <p>AMANIDA DE TARONGES (enciarn, taronges i IOGURT</p>	<p>DIJOURS 29</p> <p>ESPAGUETIS AMB HERBES AROMÀTIQUES</p> <p>60 61 62 SALMÓ AMB SALSA D' ALLS</p> <p>64 63 PATATA AL CALIU</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>	<p>DIVENDRES 30</p> <p>ESPINACS BULLITS AMB PATATES</p> <p>DAUS DE VEDELLA ESTOFATS</p> <p>65 68 66 67 XAMPINYONS SALTEJATS</p> <p>FRUITA DEL TEMPS</p>

Recomanació Sopars

DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31	DIJOUS 1	DIVENDRES 2
DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
TRINXAT DE LA CERDANYA (col i patata saltejada amb cansalada) SALMÓ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) BROQUETA DE FRUITA VARIADA	QUINOAA AMB CARBASSA BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA IOGURT	MONGETA VERDA AMB PATATES BULLIDES SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	NYOQUIS AMB OLI I ALFÀBREGA XAI AL FORN (amb ceba i tomàquet) FRUITA DEL TEMPS	CIGRONS AL CURRY CONILLA L'ALL CREMAT FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL·LITZADA BISTEC DE VEDELLA AMB SALSA DE MOSTASSA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (crema de porros i patates) TONYINA A LA PLANXA IOGURT	SOPA D'AU AMB GALETS GALL D'INDI A LES FINES HERBES FRUITA DEL TEMPS	ESPINACS BULLITS AMB PATATES CANYA DE LLOM A LA PLANXA MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	GRAELLA DE VERDURES OUS AL PLAT (amb tomàquet fregit, cansalada fumada i pèsols) FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT AMB PANSES I CEBA PIT DE GALL D'INDI A LA PIZZAIOLA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES PINXOS DE VEDELLA A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA QUALLADA	NYOQUIS AMB OLI I ALFÀBREGA LLOM DE SALMÓ AL PAPILOTTE FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) TIRES DE POLLASTRE AL CURRI MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	ESPINACS SALTEJATS CREP DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE HAVARTI AMB ENCIAM FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL·LITZADA SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL GRATINAT AMB BEIXAMEL BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE CARBASSA (patata i ceba) SALSITXES A LA PLANXA MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	BLEDES AMB PATATES TRUITA D'ALLS TENDRES IOGURT	SOPA MINISTRONE (sopa de verdures amb dauets de verdures) SÍPIA A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS

Necessitats Alimentàries Especials

- | | | | |
|------------------------------|---------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 1. mongeta tendra amb patata | 18. Caçó a la planxa | 35. mongeta tendra amb patata | 52. Sense api |
| 2. Truita vegana | 19. Menestra de verdures | 36. Truita vegana | 53. Truita vegana |
| 3. Pasta s/gluten | 20. Truita vegana | 37. sense api | 54. Truita francesa |
| 4. Pasta s/ou | 21. Truita francesa | 38. farina sense gluten | 55. Truita francesa |
| 5. Sense api | 22. Truita francesa | 39. Lactonesa de poma | 56. Arrebossat sense gluten |
| 6. Carn a les fines herbes | 23. pasta sense gluten | 40. Carn a la planxa | 57. Arrebossat sense ou |
| 7. Salmó a la planxa | 24. pasta sense ou | 41. Pasta sense gluten | 58. Pollastre a la planxa |
| 8. Sense api | 25. Salsa sense gluten | 42. Pasta sense ou | 59. mongeta verda amb patates |
| 9. Pollastre a la planxa | 26. Pollastre a la planxa | 43. Sopa de verdures | 60. pa sense gluten |
| 10. Pollastre a la planxa | 27. Pizza s/gluten | 44. Sense api | 61. pa sense ou |
| 11. Sense truita | 28. Pizza de pernil | 45. sense panses | 62. sense vi |
| 12. Farina s/gluten | 29. Sense formatge | 46. Sense pèsols | 63. Llom a la planxa |
| 13. Arrebossat sense ou | 30. Sense formatge | 47. sense api | 64. Salmó a la planxa |
| 14. Llom arrebossat | 31. Farina s/gluten | 48. Farina s/gluten | 65. Farina s/gluten |
| 15. Llom a la planxa | 32. Elaborat sense ou | 49. Arrebossat s/ou | 66. Peix a la planxa |
| 16. Caçó a la planxa | 33. Peix al forn | 50. Llom arrebossat | 67. Vedella a la planxa |
| 17. Vedella a la planxa | 34. Vedella a la planxa | 51. Llom a la planxa | 68. Vedella a la planxa |

Tota la fruita i la verdura fresca és de proximitat.

"Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT001048)"