

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 · Crema de carbassó · Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal · Fruita de temporada	2 · Llenties estofades amb hortalisses · Truita de patates amb amanida · Fruita de temporada	3 · Paella de verdures · Lluç al forn amb sofregit d'all i amanida · Fruita de temporada	4 · Patata, pèsols i pastanaga · Pollastre al forn al curri amb amanida · Iogurt natural	5 · Sopa d'au amb pistons · Mandonguilles vegetals amb salsa de verdures · Fruita de temporada
8	9 · Arròs integral amb tomàquet · Truita de carbassó amb amanida · Fruita de temporada	10 · Espaguetis amb salsa pesto d'espínacs · Estofat de gall dindi amb xampinyons · Fruita de temporada	11 · Patata, mongeta verda i pastanaga · Cigrons amb samfaina i ou dur · Iogurt natural	12 · Crema de verdures i llegum · Fogoner al forn amb amanida · Fruita de temporada
15 · Espirals integrals a la norma · Truita a la francesa amb amanida · Fruita de temporada	16 · Mongetes blanques estofades amb carbassa · Salsitxes amb amanida · Fruita de temporada	17 · Crema de verdures · Paella de peix · Fruita de temporada	18 DINAR ESPECIAL FINAL DE TRIMESTRE · Sopa de galets · Pollastre rostit amb prunes · Fruita de temporada, neules i torrons	19 · Patata i bròquil · Lluç al forn amb amanida · Iogurt natural
22	23	24	25	26
29	30	31		

S'utilitzarà sal iodada per cuinar. S'oferirà fruita de temporada: poma, pera, mandarina, taronja, kiwi, plàtan...

Hem arribat al final del trimestre després de molts dies aprenent, jugant i compartint grans moments. Al menjador també hem gaudit de menús saborosos i saludables.

Al desembre, les fruites i verdures de temporada, com el kiwi, pera, carxofes o calçots ens ajuden a mantenir les defenses fortes i a cuidar-nos durant l'hivern.

Ara toca descansar, passar temps amb els nostres éssers estimats i tornar amb ganes de continuar creixent junts.

Bones vacances i bon profit!

