



1. SETMANA

2. SETMANA

3. SETMANA

4. SETMANA

5. SETMANA

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DI VENDRES
	<p>Crema de carbassó Lasanya amb bolonyesa vegetal Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Verdura de temporada Conill al forn Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>2</p>	<p>Cigrons bullits amb oli d'oliva Trita de formatge Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Sopa d'au amb arròs Rap a la planxa Xampinyons saltats amb all i julivert Fruita de temporada</p> <p>3</p>	<p>Amanida juliana de colors Pilotilles de porc amb tela amb salsa d'ametlles Patates a grills al forn amb espècies Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Crema de carbassa Tall de formatge fresc Pa amb tomàquet Fruita de temporada</p> <p>4</p>	<p>Mongetes seques i patata amb mongeta tendra Filet de gall dindi arrebossat Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives negres, formatge fresc, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Espaguetis a la putanesca Trita de patata i ceba Enciams variats amanits amb pastanaga i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>5</p>	<p>Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres Iogurt natural granel</p> <p>i per sopar... Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat Crep de pernil cuit i mozzarella Fruita de temporada</p> <p>6</p>
	<p>Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa allioli Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives negres, formatge fresc, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Bròquil i pastanagues amb patata Pit de pollastre arrebossat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Fruita de temporada</p> <p>9</p>	<p>Amanida d'arròs (arròs, pastanaga, tomàquet vermell i olives verdes) Cassoleta de cigrons al curri amb patates i bròquil Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Caldo vegetal amb galets Broquetes de rap i pebrot Patata al caliu Fruita de temporada</p> <p>10</p>	<p>Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat Ous i patates amb salsa verda (all i julivert) Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres Iogurt natural granel</p> <p>i per sopar... Llenties estofades amb arròs Torrada d'escalivada i anxoves Fruita de temporada</p> <p>11</p>	<p>Mongeta tendra amb patata Fideuà de peix amb salsa allioli Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives negres, formatge fresc, oli i orenga amb fulles d'enciam meravella Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Bròquil i pastanagues amb patata Pit de pollastre arrebossat Enciams variats amanits amb cogombre i olives negres Fruita de temporada</p> <p>12</p>	<p>Llenties amb verdures Peix fresc de Mercat Enciams variats amanits amb raves i olives verdes Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Crema de pastanaga i carbassa Pizza casolana amb xampinyons, mozzarella, olives i pernil salat Fruita de temporada</p> <p>13</p>
	<p>Macarrons a la napolitana amb formatge ratllat Trita de verdures Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Sopa amb arròs integral Falafel al forn Carbassó arrebossat Fruita de temporada</p> <p>16</p>	<p>Crema de pastanaga i carbassa amb rostes de pa al forn Cuscús amb cigrons i verdures d'estiu Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Amanida de pastanaga ratllada, cogombre i formatge Conill amb allioli Verdures saltades Fruita de temporada</p> <p>17</p>	<p>Fesolets amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Crema de porros i rostes de pa Sardines fresques al forn Pa amb tomàquet Fruita de temporada</p> <p>18</p>	<p>Amanida de llenties amb tomàquet, pastanaga, verat i olives negres Pollastre al forn amb salsa de ceba, poma i suc de taronja Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Cigrons saltats amb xampinyons, all i julivert Seitons arrebossats Rodanxetes de tomàquet madur, amb olives verdes, cogombre amb fulles d'enciam romana i vinagreta de iogurt, oli, menta i orenga Fruita de temporada</p> <p>19</p>	<p>Arròs amb samfaina Peix fresc de Mercat Fulles d'enciams variats amb llunes de tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Iogurt natural granel</p> <p>i per sopar... Espaguetis al pesto Trita a la francesa Tomàquet amanit amb orenga Fruita de temporada</p> <p>20</p>
	<p>Mongeta tendra amb patata Arròs a la cassola amb fesols i verdures Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Espirals amb verdures Hamburguesa de pollastre a la planxa Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres Fruita de temporada</p> <p>23</p>	<p>Llenties estofades Trita de patata i ceba Fulles d'enciams variats amb dauets de pebrot vermell i blat de moro Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Crema de bròquil, patata i pastanaga Sonsos arrebossats amb enciam, cogombre i pastanaga ratllada Fruita de temporada</p> <p>24</p>	<p>Espaguetis a la napolitana amb formatge ratllat Filet de lluç amb ceba, all i lloret al forn Fulles d'enciams variats amb cogombre, pastanaga ratllada i olivetes negres Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Amanida verda amb pastanaga, poma i olives Arròs a la cubana (amb salsa de tomàquet i ou ferrat) Fruita de temporada</p> <p>25</p>	<p>Coliflor i patata amb beixamel Croquetes de cigró casolanes Pastanaga ratllada, blat de moro, trossets de nous i fulles d'enciams romana Fruita de temporada</p> <p>i per sopar... Crema de carbassa Bistec de vedella a la planxa Patates rosses Fruita de temporada</p> <p>26</p>	<p>Crema de moniato, pastanaga i ceba Rodó de vedella al forn amb saltat de bolets Enciams variats amanits amb tomàquet verd i blat de moro Iogurt natural granel</p> <p>i per sopar... Caldo vegetal amb pasta de llegum Trita de formatge Llesca de pa amb tomàquet Fruita de temporada</p> <p>27</p>

Peix fresc de mercat: No podem especificar el tipus de peix ni el seu mode de cocció perquè dependrà de la pesca, el temps i el mar. Sabem que serà peix de platja i sabem que seran lluç, mare de lluç, bacallanet, sorell, bròtola, llenguadina, mòllera, truita de riu, salmó, orada, verat, moixina i seitó. Cada peix serà pescat en la seva temporada i les coccions seran diverses i les determinarà el tipus de peix. Els cuinarem a l'andalusa, a la romana, enfarinat, arrebossat, a la planxa, al forn amb verdures, al forn amb ceba, tomàquet i patates, amb salsa de tomàquet o salsa verda, amb salsa d'anet i també farem suquet amb patates.