



Revisat per Paula Bach Solís - CAT002124

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C)	Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro	Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita (L)
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO	Coliflor amb patata ECO gratinada (L)	Espirals ECO al pesto d'espínacs ECO (B, S, W, O, L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert
Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O)	Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro	Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga	Truita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro	Mandonguilles ECO a la jardineria (D, S)
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B)	Arròs ECO a la napolitana	Verdura saltejada tricolor ECO	Sopa de LLETRES (B, S, W, O, A) amb brou d'au i verdura	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell
Macarrons integrals amb bolonyesa d'au (B, W, S, O)	Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro	Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B)	Fingers de drac arebossats (B, S, D, O, W) amanida del jardí de Sant Jordi	Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L)	Arròs ECO tres delícies (O)	Crema de verdures ECO	Mongeta verda amb patata	FESTIU
Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa	Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W)	Daus de pollastre al curry (B, W) amb arròs blanc ECO	
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	



FRUITES DE TEMPORADA

Maduixa
Nespra
Poma
Plàtan



VERDURES DE TEMPORADA

Bledes, bròcoli, carxofa, ceba, col, coliflor, enciam, espínacs, fonoll, nap, pastanaga, pèsol, porro, raves, remolatxa



TASTET MENSUAL

Bunyols de pastanaga



MENÚ BASAL

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O) Llenties ECO estofades ECO (B) Fruita ECO de temporada	Paella d'arròs integral amb verdures ECO Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C) Fruita ECO de temporada	Bròquil ECO amb patata Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO Trita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives Batut de fruita (L)
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O) Fruita ECO de temporada	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO gratinada (L) Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Espirals ECO al pesto d'espinaacs ECO (B, S, W, O, L) Trita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Mandonguilles ECO a la jardinera (D, S) Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B) Macarrons integrals amb bolonyesa d'au (B, W, S, O) Fruita ECO de temporada	Arròs ECO a la napolitana Trita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Verdura saltejada tricolor ECO Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B) Fruita ECO de temporada	Sopa de LLETRES (B, S, W, O, A) amb brou d'au i verdura <i>Fingers de drac</i> arrebossats (B, S, D, O, W) amanida del jardí de Sant Jordi Batut de fruita (L)	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L) Trita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Arròs ECO tres delícies (O) Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W) Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata Daus de pollastre al curry (B, W) amb arròs blanc ECO Fruita ECO de temporada	FESTIU



NO VEDELLA, NO PORC

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C)	Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro	Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO	Coliflor amb patata ECO gratinada (L)	Espirals ECO al pesto d'espínacs ECO (B, S, W, O, L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert
Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O)	Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro	Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga	Truita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro	Mandonguilles d'au a la jardineria
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B)	Arròs ECO a la napolitana	Verdura saltejada tricolor	Sopa de LLETRES (B, S, W, O, A) amb brou d'au i verdura	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell
Macarrons integrals amb bolonyesa d'au (B, W, S, O)	Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro	Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B)	Fingers de drac arrebossats (B, S, D, O, W) amanida del jardí de Sant Jordi	Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L)	Arròs ECO tres delícies (O)	Crema de verdures ECO	Mongeta verda amb patata	FESTIU
Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa	Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W)	Daus de pollastre al curry (B, G, W) amb arròs blanc ECO	
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	



HALAL

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten
 L Làctics
 O Ou
 S Soja
 D Sulfitos
 A Api
 W Mostassa
 P Peix
 M Mol·lusc
 C Crustaci
 F Fruits de closca
 K Cacauet
 T Tramussos
 G Sèsam

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C)	Pollastre halal rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro	Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO	Coliflor amb patata ECO gratinada (L)	Espirals ECO al pesto d'espínacs ECO (B, S, W, O, L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert
Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O)	Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro	Pollastre halal a les fines herbes amb enciam i pastanaga	Truita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro	Mandonguilles de vedella halal a la jardinera
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B)	Arròs ECO a la napolitana	Verdura saltejada tricolor	Sopa de LLETRES (B, O, S, W, A) amb brou vegetal	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell
Macarrons ECO amb bolonyesa vegetal de lenties	Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro	Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B)	Fingers de pollastre halal arrebossat amanida del jardí de Sant Jordi	Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L)	Arròs ECO tres delícies (O)	Crema de verdures ECO	Mongeta verda amb patata	FESTIU
Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa	Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W)	Daus de pollastre halal al curry amb arròs blanc ECO	
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	



NO CARN

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O) Llenties ECO estofades ECO (B) Fruita ECO de temporada	Paella d'arròs integral amb verdures ECO Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C) Fruita ECO de temporada	Bròquil ECO amb patata Falàfel amb salsa de iogurt amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO Trita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O) Fruita ECO de temporada	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO gratinada (L) Llenties estofades Fruita ECO de temporada	Espirals ECO al pesto d'espinaacs ECO (B, S, W, O, L) Trita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Mandonguilles vegetals a la jardinera Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B) Macarrons ECO amb bolonyesa vegetal de lleties Fruita ECO de temporada	Arròs ECO a la napolitana Trita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Verdura saltejada tricolor Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B) Fruita ECO de temporada	Sopa de LLETRES (B, O, S, W, A) amb brou vegetal Tofu arrebossat amanida del jardí de Sant Jordi Batut de fruita (L)	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L) Trita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Arròs ECO tres delícies (O) Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W) Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata Trita francesa amb arròs blanc ECO Fruita ECO de temporada	FESTIU



OVOLACTOVEGETARIÀ

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mo-lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	---------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Truita a la francesa amb enciam i olives	Falàfel amb salsa de iogurt amb enciam i blat de moro	Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO	Coliflor amb patata ECO gratinada (L)	Espirals ECO al pesto d'espínacs ECO (B, S, W, O, L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert
Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O)	Seità en salsa amb enciam i blat de moro	Llenties estofades	Truita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro	Mandonguilles vegetals a la jardinera
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B)	Arròs ECO a la napolitana	Verdura saltejada tricolor	Sopa de LLETRES (B, O, S, W, A) amb brou vegetal Tofu arrebossat amanida del jardí de Sant Jordi	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell
Macarrons ECO amb bolonyesa vegetal de lenties	Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro	Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B)	Batut de fruita (L)	Truita de formatge amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada		Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis Integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L)	Arròs ECO tres delícies (O)	Crema de verdures ECO	Mongeta verda amb patata	FESTIU
Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa	Seità encebata (B, S, G) amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W)	Truita francesa amb arròs blanc ECO	
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	



LACTOVEGETARIÀ

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mo·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	---------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Tofu en salsa de tomàquet amb enciam i olives	Falàfel amb salsa de iogurt amb enciam i blat de moro	Hamburguesa vegetal amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO	Coliflor amb patata ECO gratinada (L)	Espirals ECO al pesto d'espínacs ECO (B, S, W, O, L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert
Wok de fideus saltejats amb tofu i verdures de temporada ECO	Mongetes blanques saltejades amb enciam i blat de moro	Llenties estofades	Seità en salsa amb enciam i blat de moro	Mandonguilles vegetals a la jardinera
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B)	Arròs ECO a la napolitana	Verdura saltejada tricolor	Sopa de LLETRES (B, O, S, W, A) amb brou vegetal	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell
Macarrons ECO amb bolonyesa vegetal de lentilles	Falàfel amb salsa de iogurt amb enciam i blat de moro	Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B)	Tofu arrebossat	Cigrons estofats amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	amanida del jardí de Sant Jordi	Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L)	Arròs ECO tres delícies vegetarià	Crema de verdures ECO	Mongeta verda amb patata	FESTIU
Llenties estofades amb enciam i remolatxa	Seità encebata (B, S, G) amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W)	Tofu al curry amb arròs blanc ECO	
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	



NO PEIX

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
------------------	---	---------------------------------	-----------------	---------------------

FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Truita a la francesa amb enciam i olives	Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro	Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita

Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
--	--------------------------------------	--------------------	------------------	---------------------

Crema de porro ECO Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O) Fruita ECO de temporada	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO Llom a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO gratinada (L) Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Espirals ECO al pesto d'espínacs ECO (B, S, W, O, L) Truita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Mandonguilles ECO a la jardinera (D, S) Fruita ECO de temporada
--	---	---	---	---

Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
-------------------	-------------------	---	-------------------------------	---------------------

Crema de llegum i verdures ECO (B) Macarrons integrals amb bolonyesa d'au (B, W, S, O) Fruita ECO de temporada	Arròs ECO a la napolitana Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Verdura saltejada tricolor Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B) Fruita ECO de temporada	Sopa de LLETRES (B, S, W, O, A) amb brou d'au i verdura <i>Fingers de drac</i> arrebossats (B, S, D, O, W) amanida del jardí de Sant Jordi Batut de fruita (L)	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell Cigrons estofats Fruita ECO de temporada
---	--	--	---	--

Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
-------------------	-------------------	---	------------------	---------------------

Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L) Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Arròs ECO tres delícies (O) Llom encebata amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W) Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata Daus de pollastre al curry (B, G, W) amb arròs blanc ECO Fruita ECO de temporada	FESTIU
---	--	--	---	---------------



NO PEIX, NO MARISC

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O) Llenties ECO estofades ECO (B) Fruita ECO de temporada	Paella d'arròs integral amb verdures ECO Truita a la francesa amb enciam i olives Fruita ECO de temporada	Bròquil ECO amb patata Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O) Fruita ECO de temporada	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO Llom a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO gratinada (L) Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Espirals ECO al pesto d'espinaacs ECO (B, S, W, O, L) Truita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Mandonguilles ECO a la jardinera (D, S) Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B) Macarrons integrals amb bolonyesa d'au (B, W, S, O) Fruita ECO de temporada	Arròs ECO a la napolitana Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Verdura saltejada tricolor Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B) Fruita ECO de temporada	Sopa de LLETRES (B, S, W, O, A) amb brou d'au i verdura Fingers de drac arrebossats (B, S, D, O, W) amanida <i>del jardí de Sant Jordi</i> Batut de fruita (L)	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell Cigrons estofats Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L) Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Arròs ECO tres delícies (O) Llom encebata amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W) Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata Daus de pollastre al curry (B, G, W) amb arròs blanc ECO Fruita ECO de temporada	FESTIU



NO OU, FRUITS SECS

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mal·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons s/ ou a la napolitana Llenties ECO estofades ECO (B) Fruita ECO de temporada	Paella d'arròs integral amb verdures ECO Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C) Fruita ECO de temporada	Bròquil ECO amb patata Pollastre rostí amb all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO Llom a la planxa amb enciam i olives Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO Wok de fideus s/ ou amb tofu i verdures de temporada ECO Fruita ECO de temporada	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO gratinada (L) Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Espirals s/ ou al pesto d'espínacs ECO Seità en salsa amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Mandonguilles ECO a la jardiner (D, S) Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B) Macarrons s/ou amb bolonyesa d'au Fruita ECO de temporada	Arròs ECO a la napolitana Peix al forn amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Verdura saltejada tricolor Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B) Fruita ECO de temporada	Sopa s/ ou de LLETRES amb brou d'au i verdura Pollastre a la planxa amanida del jardí de Sant Jordi Batut de fruita (L)	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis s/ ou amb salsa de formatge Peix al forn amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Arròs ECO tres delícies s/ ou Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W) Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata Daus de pollastre al curry (B, G, W) amb arròs blanc ECO Fruita ECO de temporada	FESTIU



NO LACTOSA, NO PLV

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C)	Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro	Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt de soja
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO	Coliflor amb patata ECO al vapor	Espirals ECO al pesto d'espínacs s/ formatge	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert
Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O)	Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro	Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga	Truita francesa amb enciam i blat de moro	Mandonguilles d'au a la jardinera
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt de soja	Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B)	Arròs ECO a la napolitana	Verdura saltejada tricolor	Sopa de LLETRES (B, S, W, O, A) amb brou d'au i verdura	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell
Macarrons integrals amb bolonyesa d'au (B, W, S, O)	Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro	Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B)	Fingers de drac arrebossats (B, S, D, O, W) amanida del jardí de Sant Jordi	Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt de soja	Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb orenga	Arròs ECO tres delícies (O)	Crema de verdures ECO	Mongeta verda amb patata	FESTIU
Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa	Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W)	Daus de pollastre al curry (B, G, W) amb arròs blanc ECO	
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	



NO GLUTEN

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten
 L Làctics
 O Ou
 S Soja
 D Sulfit
 A Api
 W Mostassa
 P Peix
 M Mol·lusc
 C Crustaci
 F Fruits de closca
 K Cacauet
 T Tramussos
 G Sèsam

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons s/ gluten a la napolitana Cigrons ECO estofats Fruita ECO de temporada	Paella d'arròs integral amb verdures ECO Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C) Fruita ECO de temporada	Bròquil ECO amb patata Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO Trita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO Wok de fideus s/ gluten amb ou i verdures de temporada ECO Fruita ECO de temporada	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO gratinada (L) Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Espirals s/ gluten al pesto d'espínacs Trita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Mandonguilles ECO a la jardinera (D, S) Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de verdures ECO Macarrons s/ gluten amb bolonyesa d'au Fruita ECO de temporada	Arròs ECO a la napolitana Trita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Verdura saltejada tricolor Cigrons estofats amb verdures i arròs ECO Fruita ECO de temporada	Sopa de LLETRES s/ gluten amb brou d'au i verdura Fingers de pollastre a la planxa amanida del jardí de Sant Jordi Batut de fruita (L)	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis s/ gluten amb salsa de formatge Trita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Arròs ECO tres delícies (O) Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO Amanida de cigrons saltejat amb verdures de temporada ECO Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata Daus de pollastre al forn amb arròs blanc ECO Fruita ECO de temporada	FESTIU



NO GLUTEN, NO LACTOSA, NO PLV, NO FRUITS SECS, NO SUCRES

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons s/ gluten amb orenga Cigrons ECO saltejats Fruita ECO de temporada	Paella d'arròs Integral amb verdures ECO Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C) Fruita ECO de temporada	Bròquil ECO amb patata Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO Trita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives Fruita ECO de temporada
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO Wok de fideus s/ gluten amb ou i verdures de temporada ECO Fruita ECO de temporada	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Coliflor amb patata ECO al vapor Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Espirals s/ gluten al pesto d'espínacs s/ formatge Trita francesa amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert Llom a la planxa amb enciam i olives Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de verdures ECO Macarrons s/ gluten amb bolonyesa d'au Fruita ECO de temporada	Arròs ECO a les fines herbes Trita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Verdura saltejada tricolor Cigrons saltejats amb verdures i arròs ECO Fruita ECO de temporada	Sopa de LLETRES s/ gluten amb brou d'au i verdura Fingers de pollastre a la planxa amanida del jardí de Sant Jordi Fruita ECO de temporada	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis s/ gluten amb orenga Trita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Arròs ECO tres delícies (O) Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Crema de verdures ECO Amanida de cigrons saltejat amb verdures de temporada ECO Fruita ECO de temporada	Mongeta verda amb patata Daus de pollastre al forn amb arròs blanc ECO Fruita ECO de temporada	FESTIU



NO FRUITS SECS

Legenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C)	Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro	Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO	Coliflor amb patata ECO gratinada (L)	Espirals ECO al pesto d'espinacs ECO (B, S, W, O, L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert
Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O)	Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro	Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga	Truita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro	Mandonguilles ECO a la jardineria (D, S)
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO (B)	Arròs ECO a la napolitana	Verdura saltejada tricolor	Sopa de LLETRES (B, S, W, O, A) amb brou d'au i verdura	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell
Macarrons integrals amb bolonyesa d'au (B, W, S, O)	Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro	Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B)	<i>Fingers de drac</i> arrebossats (B, S, D, O, W) amanida del jardí de Sant Jordi	Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L)	Arròs ECO tres delícies (O)	Crema de verdures ECO	Mongeta verda amb patata	FESTIU
Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa	Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W)	Daus de pollastre al curry (B, G, W) amb arròs blanc ECO	
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	



NO LLEGUMS (LLENTIES I CIGRONS SI), NO FRUITS SECS, NO LLAVORS

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Macarrons integrals a la napolitana (B, W, S, O)	Paella d'arròs integral amb verdures ECO <i>NO mongeta verda ni pèsols</i>	Bròquil ECO amb patata	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert ECO
	Llenties ECO estofades ECO (B)	Moqueca de peix fresc segons mercat (P, M, C)	Pollastre rostit amb all i julivert amb enciam i blat de moro	Truita de patata i ceba ECO (O) amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita
Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Crema de porro ECO	Arròs ECO amb verdures de temporada ECO	Coliflor amb patata ECO gratinada (L)	Espirals ECO al pesto d'espínacs ECO (B, S, W, O, L)	Cigrons ECO saltejats amb all i julivert
Wok de fideus saltejats amb ou i verdures de temporada ECO (B, S, W, G, O)	Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) amb enciam i blat de moro	Pollastre a les fines herbes amb enciam i pastanaga	Truita de formatge (O, L) amb enciam i blat de moro	Mandonguilles ECO a la jardinera (D, S)
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt ECO a granel (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Crema de llegum i verdures ECO <i>NO mongeta verda ni pèsols</i>	Arròs ECO a la napolitana	Verdura amb patata <i>NO mongeta verda ni pèsols</i>	Sopa de LLETRES (B, S, W, O, A) amb brou d'au i verdura	Bledes ECO amb patata saltejat amb all i pebre vermell
Macarrons integrals amb bolonyesa d'au (B, W, S, O)	Truita de porro ECO (O) amb enciam i blat de moro	Llenties estofades amb verdures i arròs ECO (B)	<i>Fingers de drac</i> arrebossats (B, S, D, O, W) amanida del jardí de Sant Jordi	Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Batut de fruita (L)	Fruita ECO de temporada
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
Espaguetis integrals amb salsa de formatge (B, W, S, O, L)	Arròs ECO tres delícies s/ pèsols	Crema de verdures ECO <i>NO mongeta verda ni pèsols</i>	Verdura amb patata <i>NO mongeta verda ni pèsols</i>	FESTIU
Truita de xampinyons ECO (O) amb enciam i remolatxa	Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons i cuscús ECO saltejat amb verdures de temporada ECO (B, S, W)	Daus de pollastre al curry (B, G, W) amb arròs blanc ECO	
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	



NO GLUTEN, NO LACTOSA, NO CEBA, NO ALL

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten	L Làctics	O Ou	S Soja	D Sulfits	A Api	W Mostassa	P Peix	M Mol·lusc	C Crustaci	F Fruits de closca	K Cacauet	T Tramussos	G Sèsam
--------------------	---------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------	----------------------	------------------	----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------	-----------------------	-------------------

Dilluns 6	Dimarts 7. Dia de proteïna vegetal	Dimecres 8. Menú temàtic	Dijous 9	Divendres 10
------------------	---	---------------------------------	-----------------	---------------------

FESTIU

	Macarrons s/ gluten amb orenga	Arròs a les fines herbes	Bròquil ECO amb patata	Mongetes blanques ECO saltejades amb julivert ECO
	Cigrons ECO saltejats s/ceba s/all	Peix fresc segons mercat s/ceba s/all	Pollastre rostit amb julivert amb enciam i blat de moro	Truita francesa amb enciam i olives
	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada

Dilluns 13. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 14. Ens ho mengem tot	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
--	--------------------------------------	--------------------	------------------	---------------------

Verdura amb patata s/ceba	Arròs a les fines herbes	Coliflor amb patata ECO al vapor	Espirals s/ gluten al pesto d'espinaacs s/ formatge	Cigrons ECO saltejats amb julivert
Wok de fideus s/ gluten amb ou i verdures de temporada ECO s/ceba s/all	Lluç al forn amb julivert amb enciam i blat de moro	Pollastre al forn amb enciam i pastanaga	Truita francesa amb enciam i blat de moro	Llom a la planxa amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada

Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22. Dia de proteïna vegetal	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
-------------------	-------------------	---	-------------------------------	---------------------

Macarrons s/ gluten amb orenga	Arròs ECO a les fines herbes	Verdura amb patata s/ceba	Macarrons s/ gluten amb orenga	Bledes ECO amb patata
Gall d'indi a la planxa amb enciam i olives	Truita francesa amb enciam i blat de moro	Cigrons saltejats amb verdures i arròs ECO s/ceba s/all	Fingers de pollastre a la planxa amanida del jardí de Sant Jordi s/ceba s/all	Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb enciam i olives
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada

Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29. Dia de proteïna vegetal	Dijous 30	Divendres 01
-------------------	-------------------	---	------------------	---------------------

Espaguetis s/ gluten amb orenga	Arròs a les fines herbes	Verdura amb patata s/ceba	Mongeta verda amb patata	
Truita francesa amb enciam i remolatxa	Lluç al forn amb enciam i pastanaga	Amanida de cigrons saltejat amb verdures de temporada ECO s/ cebas, s/all	Daus de pollastre al forn amb arròs blanc ECO	FESTIU
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	

RECOMANACIONS SOPAR:

ABRIL

VALORS
somvalors.com
Telf. 934 274 734

Legenda d'al·lèrgens
Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B Gluten **L** Làctics **O** Ou **S** Soja **D** Sulfit **A** Api **W** Mostassa **P** Peix **M** Mol·lusc **C** Crustaci **F** Fruits de closca **K** Cacauet **T** Tramussos **G** Sèsam

Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
FESTIU	Verdura	Verdura	Pasta (sopa)	Amanida
	Ou	Carn blanca	Proteïna vegetal	Peix blanc
	Fruita	Postre làctic	Fruita	Fruita
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Amanida	Verdura	Pasta (sopa)	Verdura	Amanida
Peix blau	Ou	Proteïna vegetal	Carn blanca	Peix blanc
Fruita	Postre làctic	Fruita	Fruita	Postre làctic
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23. Sant Jordi!	Divendres 24
Amanida	Verdura	Pasta (sopa)	Verdura	Amanida
Peix blanc	Proteïna vegetal	Ou	Peix blau	Carn blanca
Fruita	Postre làctic	Fruita	Fruita	Fruita
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 01
Verdura	Verdura	Pasta (sopa)	Amanida	FESTIU
Carn blanca	Ou	Peix blau	Proteïna vegetal	
Postre làctic	Fruita	Postre làctic	Fruita	

Març i abril: Brasil i Equador

Els mesos de març i abril visitarem un paradís ecosistèmic: **La selva amazònica**. A través d'aquest viatge simbòlic, ens aproparem a conceptes com la **globalització** i l'**extractivisme** i coneixerem pobles indígenes que han perdut els seus drets.



“L'educació no canvia el món, canvia a les persones que canviaran el món.”

PAULO FREIRE



Al temps de migdia entenem l'alimentació com **una oportunitat educativa per formar infants conscients, crítics i responsables**. Acompanyem els infants perquè entenguin d'on ve el que mengen i qui ho fa possible, posant en valor la feina de les persones que produeixen els aliments. Treballem la importància de **cuidar els recursos i reduir el malbaratament**, així com la convivència, el respecte i la cooperació dins del grup. A través d'aquestes experiències, aproparem als infants **altres maneres de viure i de relacionar-se amb la natura**, especialment les dels pobles indígenes, reforçant el **respecte** pels seus drets, cultures i sabers. L'objectiu és que els infants deixin de ser consumidors passius i esdevinguin **habitants actius i compromesos** amb la cura de la Terra i les persones.



Entendre el món que habitem

Vivim en un sistema globalitzat on sovint l'alimentació es tracta com una mercaderia i no com un dret. Davant d'aquest model, moviments com **La Vía Campesina** proposen una alternativa basada en la **sobirania alimentària**, que defensa el dret dels pobles a decidir què mengen i com es produeixen els aliments. Aquesta mirada posa al centre l'agroecologia, una manera de produir **respectuosa amb els cicles de la terra i la biodiversitat**, i recupera una relació amb la natura entesa com un organisme viu i no com un recurs a explotar. En aquest sentit, els coneixements dels pobles indígenes aporten una visió clau a través de conceptes com la Pachamama o el Buen Vivir, que ens recorden que **viure millor no és tenir més, sinó viure en equilibri amb la comunitat i l'entorn**.