

NO LLEGUMS, NO OU

**Dilluns 8. Proteïna vegetal**

Arròs **ECO** a la napolitana  
 amb sofregit de tomàquet casolà  
**Pollastre a la planxa**  
 amb patates xips  
 Pinya en el seu suc

**Dimarts 9**

**Verdura amb patata**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Peix al forn**  
 amb niu d'enciams  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dimecres 10**

**Verdura amb patata**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Pollastre de pagès** a l'allet  
 amb enciam i pastanaga  
 logurt **ECO** a granel

**Dijous 11**

**Espirals ECO** amb sofregit de verdures  
 Lluç al forn en salsa verda  
 amb enciam i olives  
 Fruita **ECO** de temporada

**Divendres 12**

Crema de verdures **ECO**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Hamburguesa de vedella ecològica**  
 amb enciam i blat de moro  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dilluns 15. Menú temàtic**

Sopa de l'hort  
 amb verdures i pasta **ECO**  
 Costella de porc rostida  
 amb patata panadera  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dimarts 16. Ens ho mengem tot!**

**Verdura amb patata**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Peix al forn**  
 amb niu d'enciams  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dimecres 17**

Trinxat de bròquil amb patata **ECO**  
**Pollastre de pagès** a les fines herbes  
 amb enciam i pastanaga  
 logurt **ECO** a granel

**Dijous 18. Proteïna vegetal**

Arròs **integral** de verdures  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Pollastre a la planxa**  
 Fruita **ECO** de temporada

**Divendres 19**

Crema de porros **ECO**  
**Peix fresc segons mercat**  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dilluns 22**

**Coliflor amb patata ECO**  
**Llom a la planxa**  
 amb niu d'enciams  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dimarts 23**

**Verdura amb patata**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Peix al forn**  
 amb enciam i blat de moro  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dimecres 24**

**Verdura amb patata**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Pollastre de pagès** amb salsa de poma  
 logurt **ECO** a granel

**Dijous 25. Proteïna vegetal**

Espaguetis **s/ou s/soja**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Pollastre a la planxa**  
 Fruita **ECO** de temporada

**Divendres 26**

Arròs **ECO** amb sofregit de tomàquet  
**Peix fresc segons mercat**  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dilluns 29**

Arròs **integral** al curri  
 Tires de pota estofades  
 NO mongeta verda ni pèsols  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dimarts 30**

**Macarrons ECO a la napolitana**  
 Estofat de vedella amb patata  
 Fruita **ECO** de temporada

**Dimecres 31**

Patates estofades amb verdures **ECO**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Pernilets de pagès** al forn  
 amb enciam i pastanaga  
 logurt **ECO** a granel

**Dijous 1**

Crema de pastanaga **ECO**  
**Pizza s/ou s/soja de pernil dolç**  
 Fruita **ECO** de temporada

**Divendres 2**

**Verdura amb patata**  
 NO mongeta verda ni pèsols  
**Peix al forn**  
 amb niu d'enciams  
 Fruita **ECO** de temporada