

MENÚ BASAL



Dilluns 6 Gratinat de coliflor i patata (D) amb formatge ratllat (O, L) Lluç al forn amb julivert (P) amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Dimarts 7 Estofat de cigrons ECO amb verdures de temporada Trita d'espínacs (O) amb niu d'enciams Fruita de temporada	Dimecres 8 Macarrons integrals a la napolitana (B, O, S, W) Llom amb salsa de poma Fruita de temporada	Dijous 9. Dia de proteïna vegetal Crema de porros (D) amb crostonets de pa (B, F, K, L, S, G) Mongetes blanques ECO estofades amb verduretes Fruita de temporada	Divendres 10. Menú temàtic Zow shungo Arròs "vermell" amb verdures Jasha Maru Estofat de pollastre amb gingebre Fruita de temporada
Dilluns 13 Llenties ECO amb pastanaga (B) Trita paisana (O) amb enciam i olives (D) Fruita de temporada	Dimarts 14 Cassoleta de patates (D) amb sofregit de tomàquet i verdures de temporada Botifarra a la planxa (D, S) amb enciam i blat de moro logurt ECO a granel (L)	Dimecres 15 Arròs integral amb sofregit de tomàquet Carn d'au amb salsa de soja i mel (B, S) Fruita de temporada	Dijous 16 Espirals ECO marcianets (B, O, L, S, W) amb alfàbrega i formatge ratllat Fogoner amb samfaina (P) Fruita de temporada	Divendres 17. Dia de proteïna vegetal Crema de carbassa (D) Cigrons ECO estofats amb verdures de temporada Fruita de temporada
Dilluns 20 Tricolor de verdura (D) amb mongeta verda, pastanaga i patata Hamburguesa de vedella (D, S) amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Dimarts 21. Dia de proteïna vegetal Arròs ECO al curri amb verdures de temporada Llenties ECO amb pastanaga (B) Fruita de temporada	Dimecres 22 Cuscús de verdures (B, S, W) Pollastre estofat amb patata (D) Fruita de temporada	Dijous 23 Mongetes seques ECO saltades amb all i julivert Trita de julivert i ceba (O) amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Divendres 24 Espaguetis integrals saltejats amb verdures (B, O, S, W) amb col, pastanaga i ceba Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb niu d'enciams logurt ECO a granel (L)
Dilluns 27. Dia de proteïna vegetal Arròs integral de verdures Llenties ECO estofades (B) Fruita de temporada	Dimarts 28 Espirals ECO gratinats (B, O, L, W, S) amb sofregit de verdures i formatge ratllat Seitons en tempura (B, O, P, M, C, L) amb niu d'enciams Fruita de temporada	Dimecres 29 Trinxat de bledes amb patata (D) Salsitxes d'au (D, S) amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Dijous 30 Cassoleta de cigrons ECO amb verdures Trita de patata i ceba (O) amb enciam, blat de moro i pipes (F, K) Fruita de temporada	Divendres 31. La Castanyada! Crema de moniato (D) Pollastre rostit a la catalana amb prunes i orellanes (F, K) Postre especial

