

NO 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

Mol·lusc

C

Crustaci

F

Fruits de closca

K

Cacauet

T

Tramussos

G

Sèsam

Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
Espaguetis integrals amb salsa de xampinyons (B, S, W, O, L) Truita francesa (O) amb amanida d'espinacs i pastanaga Fruita de temporada	Crema de carbassó Pollastre arrebossat (B, S, W, G, O) amb enciam logurt ECO a granel (L)	Amanida d'arròs ECO amb enciam, tomàquet, cogombre i olives Llenties ECO estofades (B) Fruita de temporada	Mongeta verda amb patata Mandonguilles a la jardineria (D, S) Fruita de temporada	Hummus de cigrons ECO amb llesques de pa (B, S, W, G) Lluç encebata (P, M, C) amb enciam i olives Fruita de temporada
Dilluns 8	Dimarts 9. Menú temàtic	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Crema de llegum ECO i verdures (B) Truita de patata i ceba (O) amb enciam i cogombre Fruita de temporada	Yakisoba ECO de verdures (B, S, W, O) Pollastre teriyaki (B, S) amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Amanida de tomàquet, cogombre, formatge fresc i olives (L) Pastís de carn gratinat (L) Fruita de temporada	Arròs integral amb tomàquet Empedrat de mongetes blanques ECO amb pastanaga, tomàquet, pebrot Fruita de temporada	Patates amb beixamel (B, S, W, L) Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb samfaina logurt ECO a granel (L)
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Amanida de pasta integral (B, S, W, O) amb hortalisses fresques de temporada Truita de carbassó (O) amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata Pernilets de pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Amanida de cigrons ECO amb hortalisses fresques de temporada Lluç al forn amb all i julivert (P, M, C) Fruita de temporada	Amanida d'hortalisses de temporada (O) amb enciam, tomàquet, cogombre, pastanaga, ou, blat de moro Llom amb salsa de xampinyons (L) amb patates al forn Fruita de temporada	Pizza de formatge i gall d'indi (B, S, W, L) Arròs integral amb bolonyesa de llenties ECO (B) Gelat



@somvalors

www.somvalors.com