

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
31		01	02	03	04
07		08 ARRÒS INTEGRAL AMB SALS A DE TOMATA LLOM DE LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT Enciam,tomata i cogombre PA BLANC I FRUITA	09 ESPAGUETIS A LA CARBONARA TRUITA DE CARBASSÓ Enciam,pastanaga i soja PA INTEGRAL I FRUITA	10 ENSALADILLA RUSSA AMB OU DUR I TONYINA POLLASTRE ROSTIT Enciam,tomata i olives PA BLANC I IOGURT NATURAL	11 FESTA
14	14 LLENTIES GUISADES AMB VERDURES TRUITA D'ESPINACS Enciam,tomata i cogombre PA BLANC I FRUITA	15 ARRÒS INTEGRAL AMB BOLETS DAUS DE GALL DINDI AMB SALS A Enciam,cogombre i remolatxa PA BLANC I FRUITA	16 PASTÍS DE VERDURES MACARRONS BOLONYESA VEGETAL Enciam,tomata i ceba PA INTEGRAL I IOGURT NATURAL	17 CIGRONS BULLITS AMB PATATA SALMÓ AL FORN Enciam,tomata i ceba PA BLANC I FRUITA	18 SOPA DE PASTA LLOM DE PORC ARREBOSSAT AMB XAMPINYONS Enciam,roure,tomata,espinacs i olives negres PA INTEGRAL I FRUITA
21	21 PATATA, PÈSOL I PASTANAGA BULLITS CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB CARBASSÓ Enciam,blatdemoro i remolatxa PA BLANC I FRUITA	22 ESPAGUETIS INTEGRALS ITALIANA SEITONS ENFARINATS Enciam,pastanaga i blatdemoro PA BLANC I IOGURT NATURAL	23 MONGETA SECA BULLIDA AMB PATATA HAMBURGUESA VEGETAL Enciam,cogombre i remolatxa PA INTEGRAL I FRUITA	24 CREMA DE CARBASSÓ I PORRO MANDONGUILLES DE PORC AMB SÍPIA Enciam,tomata i pastanaga PA BLANC I FRUITA	25 PAELLA DE VERDURES TRUITA DE PATATA I CEB A Enciam,cogombre i remolatxa PA INTEGRAL I FRUITA
28	28 MACARRONS INTEGRALS AMB TOMATA BACALLÀ AL FORN Enciam,pastanaga i blatdemoro PA BLANC I FRUITA	29 LLENTIES eco GUISADES AMB VERDURES CAP DE LLOM ROSTIT Enciam,tomata i olivesverdes PA BLANC I FRUITA	30 ARRÒS AMB VERDURES TRUITA DE PERNIL DOLÇ Enciam,cogombre i remolatxa PA INTEGRAL I IOGURT NATURAL	01 PATATA, MONGETA I PÈSOL AL VAPOR PIT D'AU ARREBOSSAT Enciam,blatdemoro i soja PA BLANC I FRUITA	02 CREMA DE MONGETA SECA I PASTANAGA CANELONS D'ESPINACS Enciam,pebrot i pastanaga PA INTEGRAL I FRUITA



Fruita i verdura
de temporada
setmanalment



Arròs o pasta integral



2 plats
principals
ecològics al
mes



Ús d'oli d'oliva
verge i sal
iodada



Aigua
com a
única
beguda

