

PEIX FRESC (lluç,
bonítol, bacallà, maires,
sonso)

**LA VERDURA I LA
FRUITA** que serveix és
ecològica i de proximitat

**LA LLEGUM I ELS
CEREALS** són ecològics

**EI POLLASTRE I EL
IOGURT** són de pasto

L'OLI D'OLIVA és
ecològic

Menús elaborats per
Gabor Smit
(nº 0009 ADITEC)

La cuina es reserva el dret a fer
canvis per la seva millor
organització

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| <p>Dilluns 1 Arròs amb tomàquet Botifarra s/ou al forn amb amanida Fruita</p> | <p>Dimarts 2 Macarrons gratinats Peix a la planxa amb amanida Fruita</p> | <p>Dimecres 3 Empedrat de cigrons Croquetes de mill i verdures s/ ou al forn amb salsa de carbassa i amanida iogurt</p> | <p>Dijous 4 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Rostit de pollastre amb ceba i pastanaga i arròs Fruita</p> | <p>Divendres Llenties estofades amb ceba i carbassa Calamars a l'andalussa amb amanida Fruita</p> |
| <p>Dilluns 8 Espirals integrals a la carbonara s/ou peix a la planxa amb amanida Fruita</p> | <p>Dimarts 9 Sopa de peix amb fiedus Hamburguesa de vedella s/ou al forn amb amanida Fruita</p> | <p>Dimecres 10 Cous cous amb verdures Falafel de cigrons amb salsa de iogurt i amanida iogurt</p> | <p>Dijous 11 Crema de carbssó Pollastre al forn amb ceba i tomàquet Fruita</p> | <p>Divendres 12 FESTA</p> |
| <p>Dilluns 15 Trinxat de col i patata i oli d'alls Peix a la planxa Fruita</p> | <p>Dimarts 16 Llenties estofades amb verdures Cous cous amb xampinyons i pastanaga Fruita</p> | <p>Dimecres 17 Escudella completa Sopa amb fideus Pilota, cigrons i verdures iogurt</p> | <p>Dijous 18 Espaguetis amb sofregit de ceba i tomàquet Pollastre arrebossat amb amanida Fruita</p> | <p>Divendres 19 Arròs amb sípia Peix fresc al forn amb amanida Fruita</p> |
| <p>Dilluns 22 Crema de coliflor amb crustonets Fricandó de vedella amb moniato Fruita</p> | <p>Dimarts 23 Arròs amb verdures Mongetes saltejades amb all i julivert Fruita</p> | <p>Dimecres 24 Macarrons amb verdures Peix a la planxa amb amanida iogurt</p> | <p>Dijous 25 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre al forn amb ceba i poma amanida Fruita</p> | <p>Divendres 26 Hummus amb bastonets de pastanaga Peix frec arrebossat amb amanida Fruita</p> |
| <p>Dilluns 29 Brou amb fideus i arròs Carn magre amb tomàquet Fruita</p> | <p>Dimarts 30 Mongetes estofades amb verdures Falafel de fajol amb salsa i amanida Fruita</p> | <p>Dimecres 31 Crema de porro i carbassa amb crustonets Mandonguilles s/ou amb salsa iogurt</p> | | |