

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 pastura

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

Dilluns 7

VACANCES DE NADAL

Dimarts 8

Macarrons amb tomàquet
 Peix a la planxa amb amanida
 Fruita

Dimecres 9

Cigrons estofats amb verdures
 Botifarra s/ou al forn amb amanida
 Fruita

Dijous 10

Crema de carbassa amb crustonets
 Pollastre al forn amb ceba i patata
 Fruita

Divendres 11

Arròs 3 delícies s/ou
 Peix fresc al forn amb amanida
 Fruita

Dilluns 14

Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva
 Estofat de vedella amb moniato
 Fruita

Dimarts 15

Llenties amb verdures
 Cous cous amb xampinyons i pastanaga
 Fruita

Dimecres 16

Espaguetis a la carbonara s/ou
 Llom a la planxa amb amanida
 Fruita

Dijous 17

Arròs integral amb verdures
 Pollastre rostit amb verdures
 Fruita

Divendres 18

Sopa amb galets
 Peix fresc a l'andalusa s/ou amb pastanaga saltejada
 Fruita

Dilluns 21

Crema de verdures d'hivern amb crustonets
 Rostit de porc al forn amb salsa de moniato
 Fruita

Dimarts 22

Arròs amb tomàquet
 Croquetes de cigrons s/ou amb amanida
 Fruita

Dimecres 23

Mongetes estofades
 Peix a la planxa amb amanida
 Fruita

Dijous 24

Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva
 Pollastre arrebossat s/ou amb amanida
 Fruita

Divendres 25

Espirals amb verdures
 Peix fresc al forn amb amanida
 Fruita

Dilluns 28

Arròs amb verdures
 Peix a la planxa amb amanida
 Fruita

Dimarts 29

Llenties estofades amb verdures
 Pastís de mill gratinat amb tomàquet i formatge
 Fruita

Dimecres 30

Macarrons amb salsa campestre
 Hamburguesa de vedella s/ou al forn amb amanida
 Fruita

Dijous 31

Crema de coliflor
 Pollastre al forn amb xips de moniato
 Fruita

Divendres 1