

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 28	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	Divendres 1 Arròs amb tomàquet Llenties saltejades amb all i julivert i amanida Fruita
Dilluns 4 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	Dimarts 5 Llenties estofades amb verdures Cous cous amb verdures Fruita	Dimecres 6 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita	Dijous 7 Sopa vegetariana amb fideus Falafels de cigrons amb amanida Fruita	Divendres 8 Macarrons campestres Mongetes saltejades amb porro amb amanida Fruita
Dilluns 11 Crema de coliflor i xirivia amb crustonets Croquetes de cigrons amb salsa i amanida Fruita	Dimarts 12 Cigrons estofats amb verdures Arròs saltejat amb amanida Fruita	Dimecres 13 Espirals a la carbonara amb beguda vegetal i xampinyons Mongetes saltejades amb all i julivert i amanida Fruita	Dijous 14 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Saltejat de Llenties i cous cous amb amb amanida Fruita	Divendres 15 Arròs 3 delícies s/pernil Cigrons saltejats amb porro i pastanaga i amanida Fruita
Dilluns 18 Arròs amb xampinyons Mongetes saltjades amb amanida Fruita	Dimarts 19 Fideus a cassola amb alls tendres, porro i pastanaga Croquetes de cigrons amb salsa i amanida Fruita	Dimecres 20 Trinxat de col i patata Llenties i arròs saltejat amb porro i pastanaga Fruita	Dijous 21 Crema de carbassa amb crustonets Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i amanida Fruita	Divendres 22 Llenties estofades Falafel de fajol amb salsa i amanida Fruita
Dilluns 25 Crema de pastanaga amb crustonets Espaguetis a la bolonyesa de Llenties s/carn Fruita	Dimarts 26 Sopa amb arròs Mongetes saltejades amb all i julivert i amanida Fruita	Dimecres 27 Cous cous amb verdures Llenties estofades amb tomàquet Fruita	Dijous 28 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita	Divendres 29 Cigrons estofats Arròs saltejat amb verdures Fruita