

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 3

Crema tèbia de carbassó
 amb crustonets
 Peix a la planxa amb
 patates al caliu
 Fruita

Dimarts 4

Cigrons estofats
 Hamburguesa vegetal
 amb salsa i amanida
 Fruita

Dimecres 5

Amanida de pasta
 Truita de ceba i
 carbassó amb amanida
 Fruita

Dijous 6

Arròs amb tomàquet
 Calamars arrebossats
 amb amanida
 Gelat de fruita

Divendres 7

Picnic

Dilluns 10

FESTA

Dimarts 11

Espaguetis a la carbonara
 amb xampinyons i beguda
 vegetal s/beicon
 Llenties saltejades amb
 verdures
 Fruita

Dimecres 12

Verdura de temporada
 amb patata i oli d'oliva
 Hamburguesa vegetal al
 forn amb amanida
 Fruita

Dijous 13

Crema de tomàquet
 amb crustonets
 Truita de ceba i pebrots
 amb patates al caliu
 Fruita

Divendres 14

Arròs amb verdures
 Peix fresc al forn amb
 amanida
 Fruita

Dilluns 17

Verdura de temporada
 amb patata i oli d'oliva
 Peix al forn amb ceba i
 llorer
 Fruita

Dimarts 18

Hummus de cigrons amb
 pastanaga
 Cous cous amb verdures i
 llavors de gira-sol
 Fruita

Dimecres 19

Arròs amb samfaina
 Truita de ceba, patata i
 pastanaga amb
 amanida
 Fruita

Dijous 20

Llenties estofades
 Peix a la planxa
 amanida
 Fruita

Divendres 21

Amanida de pasta
 Pizza de formtage i
 xampinyons amb
 tomàquet amanit
 Postre especial

Dilluns 24

Dimarts 25

BONES

Dimecres 26

VACANCES!!!

Dijous 27

Divendres 28