

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIUJOURS	DIVENDRES
30 Patates estofades amb verdures Botifarra al forn amb ceba i lloret amb amanida d'enciam, carbassó i panses Fruita	1 Crema de llegums Cous cous saltejat amb pastanaga i xampinyons amb amanida d'enciam, tomàquet i olives Fruita	2 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre rostit amb amanida d'enciam, nap i tomàquet Fruita	3 Cigrons estofats amb verdures Trita de ceba i carbassó amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga Fruita	4 Macarrons gratinats Peix fresc al forn amb amanida d'enciam, pastanaga i panses Fruita
7 Crema de carbassó amb crostonets Hamburguesa de vedella al forn amb xips de moniato Fruita	8 Espirals amb verdures Croquetes de cigrons amb salsa i amanida d'enciam, cogombre i olives Fruita	9 Llenties estofades amb verdures Trita de ceba i patata amb amanida verda Fruita	10 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre al forn amb amanida d'enciam, pastanaga i tomàquet Fruita	11 Arròs integral amb tomàquet Peix fresc al forn amb amanida d'enciam, tomàquet i sèsam Fruita
14 Espaguetis carbonara s/ou Trita de ceba i julivert amb amanida d'enciam, pastanaga i llavors de gira-sol Fruita	15 Amanida completa Llenties estofades amb arròs i verdures Fruita	16 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre rostit amb ceba i poma amb amanida d'enciam, cogombre i tomàquet Fruita	17 Patates estofades amb verdures Botifarra al forn amb ceba i lloret amb amanida d'enciam, carbassó i panses Fruita	18 Mongetes estofades amb ceba i carbassa Calamars a l'andalusa amb amanida d'enciam, nap i pastanaga Fruita
21 Arròs amb bolets Trita de formatge amb amanida d'enciam, raves i llavors de gira-sol Fruita	22 Macarrons amb tomàquet Mongetes estofades amb verdures Fruita	23 Escudella completa Sopa amb fideus Pilota, cigrons i verdura Fruita	24 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre a la llimona al forn amb amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita	25 Llenties estofades amb verdures Peix fresc al forn amb amanida d'enciam, cogombre i panses Fruita
28 Crema de carbassa amb crostonets Fricandó de vedella amb verdures Fruita	29 Cigrons estofats Cous cous amb verdures Fruita	30 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre al forn amb amanida d'enciam, pastanaga i panses Fruita	31 Arròs amb verdures Trita a la francesa amb amanida d'enciam, nap i olives Fruita	

Menús elaborats pel dietista **Gabor Smit**

PEIX FRESC (lluç, bonítol, bacallà, maires...) **LA VERDURA, LA FRUITA, ELS LLEGUMS, ELS CEREALS I L'OLI D'OLIVA** que serveixen son ecològics i de proximitat; **EI**

POLLASTRE I EL IOGURT són de pastura