


			Dijous, 12	Divendres, 13
			Crema de carbassó amb rostes. Mandonguilles de porc i vedella a la jardinera (ceba, xampinyons, patata i pèsols). Fruita del temps.	Macarrons amb sofregit de verdures. Filet de lluç al forn amb carbassó al forn. Fruita del temps.
Dilluns, 16	Dimarts, 17	Dimecres, 18	Dijous, 19	Divendres, 20
Arròs amb tomàquet. Limanda arrebossada amb enciam amanit. Iogurt natural.	Lenties guisades amb verdures. Pollastre a la planxa amb enciam roure amanit. Fruita del temps.	Coliflor amb patata gratinada amb beixamel. Botifarra amb samfaina. Fruita del temps.	Crema de porro i pastanaga. Fideuà amb sípia. Fruita del temps.	Amanida russa (patata, olives, tonyina, pastanaga i pèsols). Truita francesa amb xampinyons saltejats. Fruita del temps.
Dilluns, 23	Dimarts, 24	Dimecres, 25	Dijous, 26	Divendres, 27
Arròs amb saltejat de verdures (ceba, pebrot verd, carbassó i salsa de tomàquet). Llom a la planxa amb tomàquets cherrys. Iogurt de cabra natural.	FESTIU	Espinacs i pastanaga saltejats amb ceba i panses. Hamburguesa de pollastre a la planxa amb patates fregides. Fruita del temps.	Cigrons amb salsa de tomàquet. Truita de formatge amb bastons de pastanaga. Fruita del temps.	Espaguetis al pesto. Salmó a la planxa amb enciam amanit. Fruita del temps.
				
Amanida de pasta (pastanaga, tomàquet i olives). Truita de carbassó amb enciam roure amanit. Iogurt natural.				

S'acompanya d'aigua i pa que variarà setmanalment en aquest ordre: de farina blanca ecològica, integral, amb llavors i blanc.
 S'utilitza oli d'oliva verge tant per cuinar com per amanir, es fregeix amb oli de gira-sol.
 Comencem a treballar en el menú amb Patricia Nevot Escusa, dietista - nutricionista col·legiada CAT695.



						Dijous, 12	Divendres, 13
Dilluns, 16	Dimarts, 17	Dimecres, 18	Dijous, 19	Divendres, 20			
Arròs amb tomàquet. Limanda arrebossada sense gluten amb enciam amanit. Iogurt natural.	Lenties guisades amb verdures. Pollastre a la planxa amb enciam roure amanit. Fruita del temps.	Coliflor amb patata gratinada amb beixamel sense gluten. Botifarra amb samfaina. Fruita del temps.	Crema de porro i pastanaga. Fideuà (fideus s/gluten) amb sípia. Fruita del temps.	Amanida russa (patata, olives, tonyina, pastanaga i pèsols). Truita francesa amb xampinyons saltejats. Fruita del temps.			
Dilluns, 23	Dimarts, 24	Dimecres, 25	Dijous, 26	Divendres, 27			
Arròs amb saltejat de verdures (ceba, pebrot verd, carbassó i salsa de tomàquet). Llom a la planxa amb tomàquets cherrys. Iogurt de cabra natural.	FESTIU	Espinacs i pastanaga saltejats amb ceba i panses. Hamburguesa de pollastre sense gluten a la planxa amb patates fregides. Fruita del temps.	Cigrons amb salsa de tomàquet. Truita de formatge amb bastons de pastanaga. Fruita del temps.	Espaguetis s/gluten al pesto. Salmó a la planxa amb enciam amanit. Fruita del temps.			
Amanida de pasta s/gluten (pastanaga, tomàquet i olives). Truita de carbassó amb enciam roure amanit. Iogurt natural.							



S'acompanya d'aigua i pa sense gluten.

S'utilitza oli d'oliva verge tant per cuinar com per amanir, es fregeix amb oli de gira-sol.

Comencem a treballar en el menú amb Patricia Nevot Escusa, dietista - nutricionista col·legiada CAT695.



				Dijous, 12	Divendres, 13
				Crema de carbassó amb rostes. Mandonguilles de porc i vedella a la jardinera (ceba, xampinyons, patata i pèsols). Fruita del temps.	Macarrons amb sofregit de verdures. Filet de lluç al forn amb carbassó al forn. Fruita del temps.
Dilluns, 16	Dimarts, 17	Dimecres, 18	Dijous, 19	Divendres, 20	
Arròs amb tomàquet. Limanda arrebossada amb enciam amanit. Iogurt natural s/lactosa.	Lenties guisades amb verdures. Pollastre a la planxa amb enciam roure amanit. Fruita del temps.	Coliflor amb patata gratinada amb beixamel sense lactosa. Botifarra amb samfaina. Fruita del temps.	Crema de porro i pastanaga. Fideuà amb sípia. Fruita del temps.	Amanida russa (patata, olives, tonyina, pastanaga i pèsols). Truita francesa amb xampinyons saltejats. Fruita del temps.	
Dilluns, 23	Dimarts, 24	Dimecres, 25	Dijous, 26	Divendres, 27	
Arròs amb saltejat de verdures (ceba, pebrot verd, carbassó i salsa de tomàquet). Llom a la planxa amb tomàquets cherrys. Iogurt natural s/lactosa.	FESTIU	Espinacs i pastanaga saltejats amb ceba i panses. Hamburguesa de pollastre a la planxa amb patates fregides. Fruita del temps.	Cigrons amb salsa de tomàquet. Truita francesa amb bastons de pastanaga. Fruita del temps.	Espaguetis al pesto. Salmó a la planxa amb enciam amanit. Fruita del temps.	
Amanida de pasta (pastanaga, tomàquet i olives). Truita de carbassó amb enciam roure amanit. Iogurt natural s/lactosa.					



S'acompanya d'aigua i pa que variarà setmanalment en aquest ordre: de farina blanca ecològica, integral, amb llavors i blanc.
 S'utilitza oli d'oliva verge tant per cuinar com per amanir, es fregeix amb oli de gira-sol.
 Comencem a treballar en el menú amb Patricia Nevot Escusa, dietista - nutricionista col·legiada CAT695.



				Dijous, 12	Divendres, 13
				Crema de carbassó amb rostes. Mandonguilles, sense ou, de porc i vedella a la jardinera (ceba, xampinyons i pèsols). Fruita del temps.	Macarrons amb sofregit de verdures. Filet de lluç al forn amb carbassó al forn. Fruita del temps.
Dilluns, 16	Dimarts, 17	Dimecres, 18	Dijous, 19	Divendres, 20	
Arròs amb tomàquet. Limanda arrebossada sense ou amb enciam amanit. Iogurt natural.	Lenties guisades amb verdures. Pollastre a la planxa amb enciam roure amanit. Fruita del temps.	Coliflor amb patata gratinada amb beixamel. Botifarra amb samfaina. Fruita del temps.	Crema de porro i pastanaga. Fideuà amb sípia. Fruita del temps.	Amanida russa (patata, olives, tonyina, pastanaga i pèsols). Truita de farina de cigró amb xampinyons saltejats. Fruita del temps.	
Dilluns, 23	Dimarts, 24	Dimecres, 25	Dijous, 26	Divendres, 27	
Arròs amb saltejat de verdures (ceba, pebrot verd, carbassó i salsa de tomàquet). Llom a la planxa amb tomàquets cherrys. Iogurt de cabra natural.	FESTIU	Espinacs i pastanaga saltejats amb ceba i panses. Hamburguesa de pollastre a la planxa amb patates fregides. Fruita del temps.	Cigrons amb salsa de tomàquet. Truita de farina de cigró i formatge amb bastons de pastanaga. Fruita del temps.	Espaguetis al pesto. Salmó a la planxa amb enciam amanit. Fruita del temps.	
Amanida de pasta (pastanaga, tomàquet i olives). Truita de farina de cigró i carbassó amb enciam roure amanit. Iogurt natural.					



S'acompanya d'aigua i pa que variarà setmanalment en aquest ordre: de farina blanca ecològica, integral, amb llavors i blanc.
 S'utilitza oli d'oliva verge tant per cuinar com per amanir, es fregeix amb oli de gira-sol.
 Comencem a treballar en el menú amb Patricia Nevot Escusa, dietista - nutricionista col·legiada CAT695.