



		Dimecres, 8	Dijous, 9	Divendres, 10
		Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ratllat. Filet de lluç al forn amb carbassó al forn. Fruita del temps.	Llenties guisades amb sofregit de verdures. Hamburguesa pollastre amb bastonets de pastanaga. Fruita del temps.	Mongeta tendra amb patata. Estofat de gall d'indi amb pebrot i ceba. Poma al forn amb canyella.
Dilluns, 13	Dimarts, 14	Dimecres, 15	Dijous, 16	Divendres, 17
Espaguetis amb sofregit de verdures. Salmó a la planxa amb amanida variada. Iogurt de cabra natural.	Cigrons guisats amb arròs i sofregit de verdures. Truita francesa amb amanida roure i blat de moro amanit. Fruita del temps.	Verdura tricolor (mongeta tendra, pastanaga i coliflor). Sobrecuixa de pollastre amb patates fregides. Fruita del temps.	Arròs amb espàrrecs verds, carbassa i xampinyons. Llom planxa amb tomàquet al forn. Fruita del temps.	Coliflor amb patata gratinada i beixamel. Aletes de pollastre al forn amb albergínia al forn. Fruita del temps.
Dilluns, 20	Dimarts, 21	Dimecres, 22	Dijous, 23	Divendres, 24
Arròs amb tomàquet. Truita de carbassó amb bastonets de pastanaga. Quallada natural.	Crema de pèsols. Fideuà amb sípia. Fruita del temps.	Tallarina amb salsa de tomàquet i xampinyons. Limanda al forn i enciam amb raves amanit. Fruita del temps.	Espinacs i pastanaga saltejats amb ceba i panses. Escalopa de vedella amb puré moniato. Fruita del temps.	Llenties guisades amb sofregit de verdures. Cuixetes de pollastre a la catalana (amb prunes). Fruita del temps.
Dilluns, 27	Dimarts, 28	Dimecres, 29	Dijous, 30	Divendres, 31
Arròs tres delícies (pastanaga, truita francesa, pèsols). Pollastre a la planxa amb enciam roure amanit. Iogurt natural.	Bledes sofregides amb salsa de tomàquet. Truita de patates amb bastonets de pastanaga. Fruita del temps.	Mongetes blanques guisades amb arròs i sofregit verdures. Croquetes de pollastre amb tomàquets cherrys amanits. Fruita del temps.	Crema de carbassó amb rostes de pa. Bacallà guisat amb verdures y patata. Fruita del temps.	Espaguetis al pesto. Truita d'espinacs amb tomàquet al forn. Fruita del temps.

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.



		Dimecres, 8	Dijous, 9	Divendres, 10
		Macarrons s/gluten amb salsa de tomàquet i formatge ratllat. Filet de lluç al forn amb carbassó al forn. Fruita del temps.	Llenties guisades amb sofregit de verdures. Hamburguesa pollastre amb bastonets de pastanaga. Fruita del temps.	Mongeta tendra amb patata. Estofat de gall d'indi amb pebrot i ceba. Poma al forn amb canyella.
Dilluns, 13	Dimarts, 14	Dimecres, 15	Dijous, 16	Divendres, 17
Espaguetis s/gluten amb sofregit de verdures. Salmó a la planxa amb amanida variada. Iogurt de cabra natural.	Cigrons guisats amb arròs i sofregit de verdures. Truita francesa amb amanida roure i blat de moro amanit. Fruita del temps.	Verdura tricolor (mongeta tendra, pastanaga i coliflor). Sobrecuixa de pollastre amb patates fregides. Fruita del temps.	Arròs amb espàrrecs verds, carbassa i xampinyons. Llom planxa amb tomàquet al forn. Fruita del temps.	Coliflor amb patata gratinada i beixamel. Aletes de pollastre al forn amb albergínia al forn. Fruita del temps.
Dilluns, 20	Dimarts, 21	Dimecres, 22	Dijous, 23	Divendres, 24
Arròs amb tomàquet. Truita de carbassó amb bastonets de pastanaga. Quallada natural.	Crema de pèsols. Fideuà (fideus s/gluten) amb sípia. Fruita del temps.	Tallarina s/gluten amb salsa de tomàquet i xampinyons. Limanda al forn i enciam amb raves amanit. Fruita del temps.	Espinacs i pastanaga saltejats amb ceba i panses. Escalopa de vedella amb pa s/gluten amb puré moniato. Fruita del temps.	Llenties guisades amb sofregit de verdures. Cuixetes de pollastre a la catalana (amb prunes). Fruita del temps.
Dilluns, 27	Dimarts, 28	Dimecres, 29	Dijous, 30	Divendres, 31
Arròs tres delícies (pastanaga, truita francesa, pèsols). Pollastre a la planxa amb enciam roure amanit. Iogurt natural.	Bledes sofregides amb salsa de tomàquet. Truita de patates amb bastonets de pastanaga. Fruita del temps.	Mongetes blanques guisades amb arròs i sofregit verdures. Croquetes de pollastre s/gluten amb tomàquets cherrys amanits. Fruita del temps.	Crema de carbassó amb rostes de pa s/gluten. Bacallà guisat amb verdures y patata. Fruita del temps.	Espaguetis s/gluten al pesto. Truita d'espinacs amb tomàquet al forn. Fruita del temps.

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.



		Dimecres, 8			Dijous, 9			Divendres, 10		
		Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ratllat s/lactosa. Filet de lluç al forn amb carbassó al forn. Fruita del temps.			Llenties guisades amb sofregit de verdures. Hamburguesa pollastre amb bastonets de pastanaga. Fruita del temps.			Mongeta tendra amb patata. Estofat de gall d'indi amb pebrot i ceba. Poma al forn amb canyella.		
Dilluns, 13		Dimarts, 14		Dimecres, 15		Dijous, 16		Divendres, 17		
Espaguetis amb sofregit de verdures. Salmó a la planxa amb amanida variada. Iogurt natural s/lactosa.		Cigrons guisats amb arròs i sofregit de verdures. Truita francesa amb amanida roure i blat de moro amanit. Fruita del temps.		Verdura tricolor (mongeta tendra, pastanaga i coliflor). Sobrecoixa de pollastre amb patates fregides. Fruita del temps.		Arròs amb espàrrecs verds, carbassa i xampinyons. Llom planxa amb tomàquet al forn. Fruita del temps.		Coliflor amb patata gratinada i beixamel, tot s/lactosa. Aletes de pollastre al forn amb albergínia al forn. Fruita del temps.		
Dilluns, 20		Dimarts, 21		Dimecres, 22		Dijous, 23		Divendres, 24		
Arròs amb tomàquet. Truita de carbassó amb bastonets de pastanaga. Iogurt natural s/lactosa.		Crema de pèsols. Fideuà amb sípia. Fruita del temps.		Tallarina amb salsa de tomàquet i xampinyons. Limanda al forn i enciam amb raves amanit. Fruita del temps.		Espinacs i pastanaga saltejats amb ceba i panses. Escalopa de vedella amb puré moniato. Fruita del temps.		Llenties guisades amb sofregit de verdures. Cuixetes de pollastre a la catalana (amb prunes). Fruita del temps.		
Dilluns, 27		Dimarts, 28		Dimecres, 29		Dijous, 30		Divendres, 31		
Arròs tres delícies (pastanaga, truita francesa, pèsols). Pollastre a la planxa amb enciam roure amanit. Iogurt natural s/lactosa.		Bledes sofregides amb salsa de tomàquet. Truita de patates amb bastonets de pastanaga. Fruita del temps.		Mongetes blanques guisades amb arròs i sofregit verdures. Nuggets de pollastre casolà amb tomàquets cherrys. Fruita del temps.		Crema de carbassó amb rostes de pa. Bacallà guisat amb verdures y patata. Fruita del temps.		Espaguetis al pesto s/lactosa. Truita d'espinacs amb tomàquet al forn. Fruita del temps.		

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.





		Dimecres, 8	Dijous, 9	Divendres, 10
		Macarrons amb salsa de tomàquet i formatge ratllat. Filet de lluç al forn amb carbassó al forn. Fruita del temps.	Llenties guisades amb sofregit de verdures. Hamburguesa pollastre amb bastonets de pastanaga. Fruita del temps.	Mongeta tendra amb patata. Estofat de gall d'indi amb pebrot i ceba. Poma al forn amb canyella.
Dilluns, 13	Dimarts, 14	Dimecres, 15	Dijous, 16	Divendres, 17
Espaguetis amb sofregit de verdures. Salmó a la planxa amb amanida variada. Iogurt de cabra natural.	Cigrons guisats amb arròs i sofregit de verdures. Truita de farina de cigró amb amanida roure i blat de moro. Fruita del temps.	Verdura tricolor (mongeta tendra, pastanaga i coliflor). Sobrecuixa de pollastre amb patates fregides. Fruita del temps.	Arròs amb espàrrecs verds, carbassa i xampinyons. Llom planxa amb tomàquet al forn. Fruita del temps.	Coliflor amb patata gratinada i beixamel. Aletes de pollastre al forn amb albergínia al forn. Fruita del temps.
Dilluns, 20	Dimarts, 21	Dimecres, 22	Dijous, 23	Divendres, 24
Arròs amb tomàquet. Truita de farina de cigró i carbassó amb bastonets de pastanaga. Quallada natural.	Crema de pèsols. Fideuà amb sípia. Fruita del temps.	Tallarina amb salsa de tomàquet i xampinyons. Limanda al forn i enciam amb raves amanit. Fruita del temps.	Espinacs i pastanaga saltejats amb ceba i panses. Vedella a la planxa amb puré moniato. Fruita del temps.	Llenties guisades amb sofregit de verdures. Cuixetes de pollastre a la catalana (amb prunes). Fruita del temps.
Dilluns, 27	Dimarts, 28	Dimecres, 29	Dijous, 30	Divendres, 31
Arròs tres delícies (pastanaga i pèsols). Pollastre a la planxa amb enciam roure amanit. Iogurt natural.	Bledes sofregides amb salsa de tomàquet. Truita de farina de cigró i patates amb bastonets de pastanaga. Fruita del temps.	Mongetes blanques guisades amb arròs i sofregit verdures. Nuggets de pollastre casolà s/ou amb tomàquets cherrys amanits. Fruita del temps.	Crema de carbassó amb rostes de pa. Bacallà guisat amb verdures y patata. Fruita del temps.	Espaguetis al pesto. Truita de farina de cigró i espinacs amb tomàquet al forn. Fruita del temps.

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.