

DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals eco amb salsa de formatge crema de llet i formatge Hamburguesa vegetal amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Cruixent de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis integrals amb tomàquet Llom al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons integrals saltats amb verdures amb vegetals de temporada Mandonguilles de vedella amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	JORNADA PAKISTANESA Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

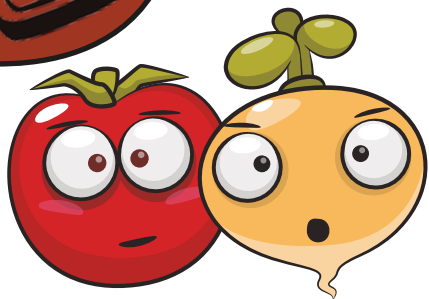
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Pizza casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Hamburguesa de vedella eco al forn amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.
 S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides
 Un cop a la setmana es servirà pa integral
 Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan
 Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet, albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó

Les verdures i hortalisses són ecològiques.



DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals eco amb salsa de formatge crema de llet i formatge Hamburguesa vegetal amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Truita amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Anelles de calamar enfarinades amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis integrals amb tomàquet Truita amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Truita amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons integrals saltats amb verdures amb vegetals de temporada Bacallà amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	JORNADA PAKISTANESA Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Halibut tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Pizza casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Castanyola amb salsa amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.

S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides

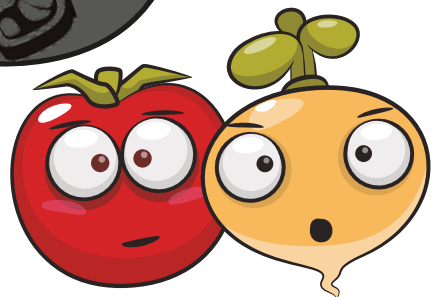
Un cop a la setmana es servirà pa integral

Les verdures i hortalisses són ecològiques.

Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan

Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet,

albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals eco amb salsa de formatge crema de llet i formatge Hamburguesa vegetal amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Verdures saltades amb patates Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Anelles de calamar enfarinades amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis integrals amb tomàquet Lluç al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16 JORNADA PAKISTANESA	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Fogoner al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons integrals saltats amb verdures amb vegetals de temporada Bacallà amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Halibut tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Tofu amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Tofu amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Verdures saltades amb patates Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Pizza casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Halibut al forn amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Castanyola amb salsa amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada logurt ecològic	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.

S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides

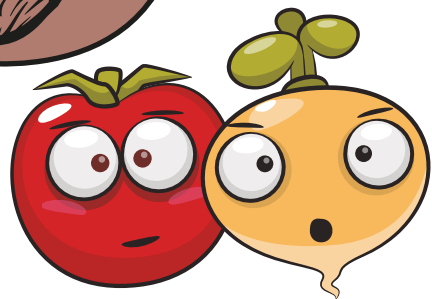
Un cop a la setmana es servirà pa integral

Les verdures i hortalisses són ecològiques.

Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan

Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet,

albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals eco amb salsa de formatge crema de llet i formatge Llom a la planxa amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Cruixent de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis integrals amb tomàquet Llom al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons integrals saltats amb verdures amb vegetals de temporada Mandonguilles de vedella amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	JORNADA PAKISTANESA Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Coca casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Hamburguesa de vedella eco al forn amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.

S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides

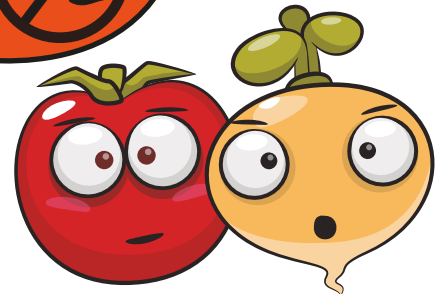
Un cop a la setmana es servirà pa integral

Les verdures i hortalisses són ecològiques.

Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan

Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet,

albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



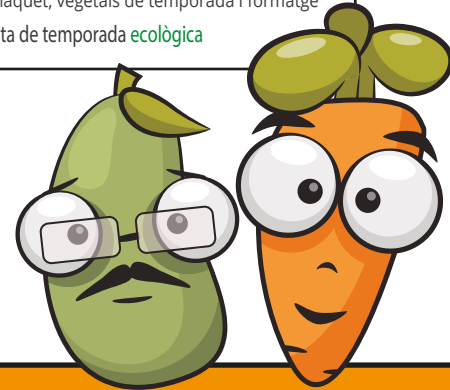
DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals (sense gluten) amb salsa de formatge crema de llet i formatge Llom a la planxa amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana (sense gluten) amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Gall dindi amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Pollastre al forn amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis (sense gluten) amb tomàquet Llom al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

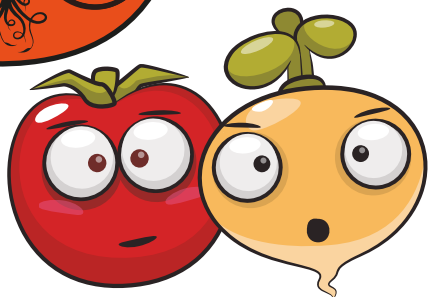
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons (sense gluten) saltats amb verdures amb vegetals de temporada Mandonguilles de vedella amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	JORNADA PAKISTANESA Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus (sense gluten) a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Coca (sense gluten) casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Pasta (sense gluten) amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Hamburguesa de vedella eco al forn amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb pasta (sense gluten) Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.
S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides
Un cop a la setmana es servirà pa integral
Les verdures i hortalisses són ecològiques.
Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan
Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet, albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals (sense gluten) amb salsa de formatge crema de llet i formatge Llom a la planxa amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana (sense gluten) amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Pollastre al forn amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis (sense gluten) amb tomàquet Llom al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons (sense gluten) saltats amb verdures amb vegetals de temporada Mandonguilles de vedella amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	JORNADA PAKISTANESA Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

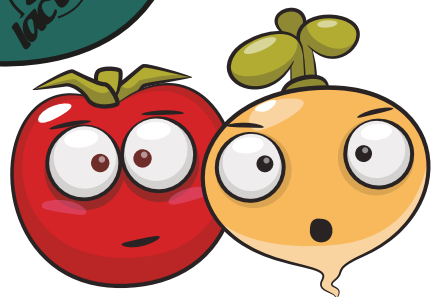
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus (sense gluten) a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Coca (sense gluten) casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Pasta (sense gluten) amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Hamburguesa de vedella eco al forn amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb pasta (sense gluten) Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.
S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides
Un cop a la setmana es servirà pa integral
Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan
Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet, albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó

Les verdures i hortalisses són ecològiques.



DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals eco amb tomàquet Hamburguesa vegetal amb xampinyons saltats logurt de soja	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Cruixent de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis integrals amb tomàquet Llom al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i NO formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt de soja

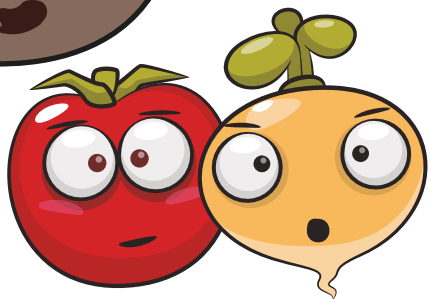
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons integrals saltats amb verdures amb vegetals de temporada Mandonguilles de vedella amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	JORNADA PAKISTANESA Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, NO iogurt i espècies logurt de soja	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt de soja	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Pizza casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i NO formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Hamburguesa de vedella eco al forn amb enciam i tomàquet logurt de soja	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.
S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides
Un cop a la setmana es servirà pa integral
Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan
Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet, albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals eco amb salsa de formatge crema de llet i formatge Llom a la planxa amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Gall dindi amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Verdures saltades amb patates Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Cruixent de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis eco amb tomàquet Llom al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

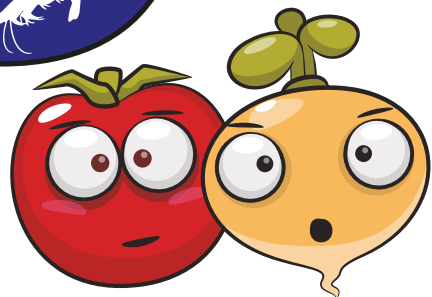
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons eco saltats amb verdures amb vegetals de temporada Mandonguilles de vedella amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	DIMECRES JORNADA PAKISTANESA Crema de verdura de temporada Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Verdures saltades amb patates Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Pizza casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Hamburguesa de vedella eco al forn amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.
S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides
Un cop a la setmana es servirà pa integral
Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan
Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet, albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals eco amb salsa de formatge crema de llet i formatge Hamburguesa vegetal amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Cruixent de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis integrals amb tomàquet Llom al forn amb picada d'all i julivert amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons integrals saltats amb verdures amb vegetals de temporada Mandonguilles de vedella amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	JORNADA PAKISTANESA Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat permès amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Pizza casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Hamburguesa de vedella eco al forn amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat permès amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.

S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides

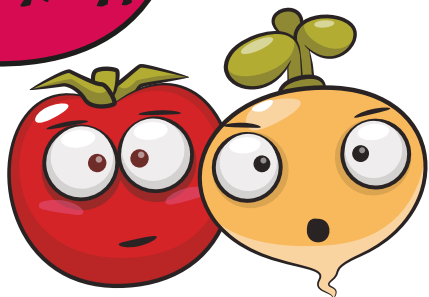
Un cop a la setmana es servirà pa integral

Les verdures i hortalisses són ecològiques.

Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan

Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet,

albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU			
	Espirals eco amb salsa de formatge crema de llet i formatge Hamburguesa vegetal amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Cruixent de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis integrals amb tomàquet Truita amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons integrals saltats amb verdures amb vegetals de temporada Mandonguilles de vedella amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	JORNADA PAKISTANESA Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU				
	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Pizza casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Hamburguesa de vedella eco al forn amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



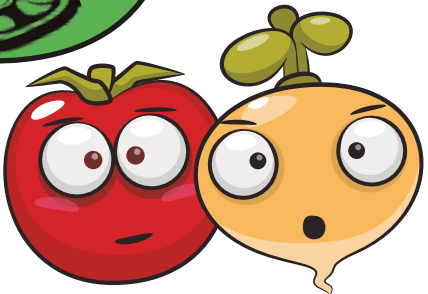
El pollastre és de pagès i els ous són frescos.
S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides
Un cop a la setmana es servirà pa integral
Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan
Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet, albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



NO PORC
NI VEDELLA

MENÚ MAIG

BOSC DE MONTJUÏC



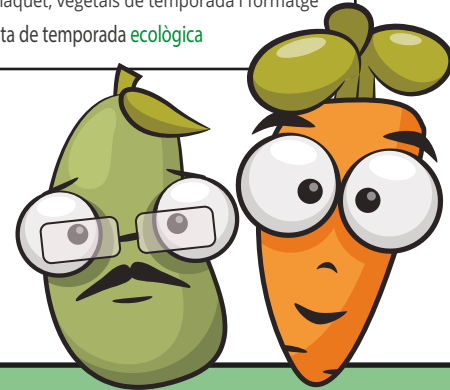
DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
FESTIU	Espirals eco amb salsa de formatge crema de llet i formatge Hamburguesa vegetal amb xampinyons saltats logurt ecològic	Arròs integral amb tomàquet Maira enfarinada casolana amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Cigrons eco estofats amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
Verdura de temporada amb patates Tofu amb salsa de tomàquet amb sofregit de tomàquet i ceba Fruita de temporada ecològica	Mongetes blanques eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita de pastanaga amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdura de temporada Cruixent de pollastre amb patates al forn Fruita de temporada ecològica	Espaguetis integrals amb tomàquet Truita amb enciam i blat de moro Fruita de temporada ecològica	Arròs eco amb pesto alfàbrega i formatge Castanyola al forn amb enciam i olives logurt ecològic

DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16 JORNADA PAKISTANESA	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Verdura de temporada amb patates Gall dindi al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada ecològica	Macarrons integrals saltats amb verdures amb vegetals de temporada Bacallà amb salsa tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada ecològica	Llenties eco a l'estil pakistanès amb vegetals i curri Pollastre tandoori amb arròs eco amb ceba, iogurt i espècies Lassi de plàtan amb canyella 	Paella de verdures amb vegetals de temporada Truita de verdures amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Patates braves saltades amb verdures i salsa Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
FESTIU	Arròs eco amb tomàquet Truita de patates i ceba amb enciam i blat de moro logurt ecològic	Fideus eco a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Lluç al forn amb enciam i olives Fruita de temporada ecològica	Estofat de cigrons eco amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica	Crema de verdures de temporada Pizza casolana de l'hort tomàquet, vegetals de temporada i formatge Fruita de temporada ecològica

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31
Cuscús eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita d'olives amb enciam i vegetals Fruita de temporada ecològica	Verdura de temporada amb patates Estofat de gall dindi amb salsa de tomàquet Fruita de temporada ecològica	Llenties eco amb verdures amb vegetals de temporada Truita amb enciam i tomàquet logurt ecològic	Sopa de verdures amb meravella eco Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams Fruita de temporada ecològica



El pollastre és de pagès i els ous són frescos.
S'utilitzarà oli d'oliva verge ecològic per amanir les amanides
Un cop a la setmana es servirà pa integral
Les fruites de temporada poden ser: albercoc, cireres, prunes, maduixes, préssec, taronja, nespres, pinya, plàtan
Les verdures de temporada poden ser: carxofes, bròquil, mongeta verda, pastanaga, enciam, tomàquet, albergínia, bledes, espinacs, cogombre, carbassó



Revisat per Andrea Rodríguez Sancho **CAT000899**
Graduada en Nutrició Humana i Dietètica