

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	3	4	5	6	7
Primer plat:		Arròs de peix (amb brou de gerret i morralla)4, 5, 9	Tallarins amb salsa de tonyina1, 4	Llenties cuinades vegetarianes (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col, colflori)0	Crema de verdures (patata, carabassa, pastanaga, espinacs, ceba, porro)2
Segon plat:		Piteres de pollastre a la planxa0	Mussola al forn4	Truita de patata i ceba (ous)3	Calamar amb ceba9
Guarnició:		amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)0	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa)0	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)0	amb patates guisades0
Postre:		Fruita	Fruita	Fruita	logurt2
Sopars:		Truita de carabassó	Pamboli amb sardines	Lluç al forn amb verdura	Piteres de pollastre amb verdures a la planxa
	10	11	12	13	14
Primer plat:	Mongetes pintes cuinades(patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col)0	Crema de pastanaga (pastanaga, patata, porro, ceba, tomàtiga)2	Sopa (amb brou de pollastre i verdura)1	Ensalada d'arròs (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, olives, tonyina)4	Ciurons escaldins (amb patata, ceba, tomàtiga, carabassa)0
Segon plat:	Filet de gallineta (peix blanc) al forn4	San Jacobos casolans al forn1, 2, 3	Truita de colflori i ceba (ou)3	Aguiat de pollastre i pilotes3	Lluç al forn4
Guarnició:	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa)0	amb patates al forn0	amb amanida de tomàtiga (tomàtiga, cogombre, ceba i olives)0	amb verdura i patata0	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)0
Postre:	Fruita	Fruita	Fruita	logurt2	Fruita
Sopars:	Truita francesa amb tomàtiga trempada	Salsitxes fresques amb amanida	Purè de verdures i pollastre	Lluç a la planxa amb verdura torrada	Ensalada de tonyina
	17	18	19	20	21
Primer plat:	Fideus de peix1, 4, 5, 9	Crema de xampinyons (patata, ceba, porro, xampinyons)2	Sopa reina (sèmola d'arròs amb brou de pollastre amb ou bollit)3	Llenties cuinades vegetarianes (patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col, colflori)0	Ensalada mixta amb tonyina (lletuga, tomàtiga, pastanaga, blat de moro)4
Segon plat:	Bollit de pollastre0	Pizza casolana de tonyina1, 2, 4	Filet de gallineta (peix blanc) al forn4	Truita francesa (ous)3	Lassagna1, 2
Guarnició:	amb verdura bollida (patata, pastanaga, mongetes verdes)0		amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa)0	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa)0	
Postre:	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	logurt2
Sopars:	Bollit de pollastre amb verdures	Pamboli amb pernil dolç i tomàtiga trempada	Ous a la planxa amb tomàtiga trempada	Nuggets de peix amb amanida	Crema de verdures
	24	25	26	27	28
Primer plat:	Arròs brut0	Pasta carbonara (nata, xampimyons, pernil dolç)1	Mongetes blanques cuinades(patata, pastanaga, ceba, carabassa, mongetes verdes, col)0	Crema de carabassa (patata, carabassa, ceba, porro)2	Ciurons trempats amb ou bollit (tomàtiga, pebre verd, ceba)3
Segon plat:	Filet de gallineta (peix blanc) al forn4	Pollastre rostit al forn0	Llom a la planxa0	Truita de patata i ceba (ous)3	Medallons de lluç arrebossat al forn1, 3, 4
Guarnició:	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)0	amb amanida variada (lletuga, tomàtiga, blat de moro, pastanaga, remolatxa)0	amb patata al forn0	amb amanida verda (lletuga, tomàtiga, cogombre, olives)0	amb patates al forn0
Postre:	Fruita	Fruita	Fruita	logurt2	Fruita
Sopars:	Ous amb tomàtiga	Lluç a la jardineria	Salmó a la planxa amb verdures al vapor	Piteres de pollastre amb verdures a la planxa	Pizza casolana "prosciutto"

AL·LÈRGENS ALIMENTARIS

0: No conté al·lèrgens

5: Marisc

10: Sulfits

1: Gluten

6: Fruits secs

11: Mostassa

2: Llet i lactis

7: Àpid

12: Sèsam

3: Ous

8: Soja

13: Cacauets

4: Peix

9: Mol·luscs

14: Tramussos

Producte ecològic

Producte de proximitat

Producte de temporada

Producte de temporada i proximitat

Tots els menús es serviran únicament amb aigua com a beguda.

Per cuinar s'utilitza oli d'oliva alternat amb oli de gira-sol alto oleic.

Els iogurts contenen una quantitat de sucre inferior a 12,3 g/100 ml.

Important informar a la cuina de qualsevol al·lèrgia alimentària.

Dietista: Mª Magdalena Bonnin Lliteras