

				DIVENDRES 1
				Arròs amb salsa de tomàquet Varettes de lluç arrebossades amb enciam i pastanaga logurt i pa
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
Espinacs a la crema (llet, farina de blat i ceba) Hamburgueses mixta a la planxa amb patates xips Fruita i pa	Fideus a la marinera (brou peix natural, tomàquet, ceba, picada ametlles) Filet de pollastre a la planxa amb enciam i olives Fruita i pa	FESTIU	Arròs amb verdures (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga, mongetes verdes i picada ametlles) Lluç al forn amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	FESTIU
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
Crema de pastanaga (pastanaga, patata, llet i ceba) Crestes de tonyina amb enciam i sèsam Fruita i pa	Macarrons amb tomàquet, ceba i olives negre Llom de porc al forn amb salsa d'ametlles Fruita i pa	Escudella de verdures amb mill i cigrons (brou pollastre, porro, daus pastanaga, cigrons, mill, col, ceba i api) Truita d'espínacs amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, ou i pernil dolç) Salmó al forn amb all i julivert amb tomàquet natural Fruita i pa	Mongetes blanques estofades amb fajol (patata, fajol, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals, picada ametlles) Hamburguesa de quinoa al forn amb enciam i pastanaga logurt i pa
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
Pèsols i patata Filet de pollastre arrebossat amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	Arròs a la milanesa (pebrot, tomàquet, ceba, all, formatge i pernil salat) Truita francesa amb enciam Fruita i pa	Crema de carbassó (carbassó, patata, llet i ceba) Pizza de pernil i formatge amb enciam i olives Crema de vainilla amb neules i pa	FESTIU	Sopa de galets (brou pollastre, porro, pastanaga, ceba i api) Pollastre al forn amb prunes Fruita i pa

Els nostres menús estan supervisats per un dietista-nutricionista col·legiat (CAT001031) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable a l'etapa escolar.

TOTA la pasta alimentària (espaguetis, macarrons, etc.) són d'agricultura ecològica, fabricades a Catalunya.

TOTES les llegums (cigrons, lleties i mongetes) són del conreu del país i ecològiques.

TOTS els plats estan cuinats amb oli d'oliva. Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral.

Margit P.
NARGARITA PONS SECLUS
CAT 001031