

DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
Espaguetis amb tonyina Hamburguesa de vedella al forn amb tall de formatge Fruita	Crema de carbassó Llenties guisades amb verdures Fruita	Amanida d'arròs Trita de patata amb pastanaga ratllada Gelats	Verdura del temps Filet d'abadejo a l'andalusa amb tomàquet natural Fruita	Mongetes seques guisades amb verdures Pernillets de pollastre rostitos amb amanida Fruita
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
Arròs amb tomàquet Trita paisana amb amanida Fruita	Crema de verdures Filet de lluç a la llimona amb amanida Fruita	Empedrat de cigrons Daus de gall dindi amb amanida Fruita	Macarrons amb salsa de porros Rodó de porc rostit amb patates fregides iogurt natural ensucrat	FESTA
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 1 OCTUBRE
Llenties guisades amb verdures Ous durs al forn amb tomàquet i pastanaga ratllada Fruita	Amanida de pasta Filet de maira arrebossat amb amanida Fruita	Crema de pastanaga amb crostons Cuscús de pollastre amb verduretes Fruita	Amanida de patata Mandonguilles de vedella amb suc i xampinyons Batut de fruita natural	Sopa d'arròs Escalopa de gall dindi amb amanida Fruita

- **Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada:** Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedell, porc (excepte els llibrets), iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, llentia, cigró, sucre, llet, oli d'oliva verge extra, oli de gira-sol alt oleic i sal.
- **Aquest mes gaudirem de mongeta tendre, carbassó, cogombre, tomàquet, pruna, meló, síndria, figa.**
- **La varietat de peix fresc serà segons mercat:** Maira, lluç...
- **El iogurt** es a doll (format gran).
- **1 cop al mes** iogurt sense sucre, pasta i arròs integral ecològic.
- **1 cop a la setmana** pa integral.
- **Proteïna vegetal** als segons plats.
- **Inclou el pa diari.**



Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles.

Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. N° de col·legiat 7255.