

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Arròs amb tomàquet Filet de lluç al forn amb all i julivert i amanida Fruita	Verdura del temps Daus de gall dindi rostits amb amanida Fruita	Espaguetis integrals amb salsa de xampinyons Ous durs amb tomàquet i pastanaga ratllada Fruita	Llenties guisades amb verdures Hamburguesa vegetal al forn amb tall de formatge Fruita	Crema de verdures Cuscús amb pollastre i verduretes logurt natural sense sucre
Bou vegetal Bistec de vedella a la planxa amb patata al vapor Fruita	Purè de patata Mongetes seques amb verdures Fruita	Arròs amb pollastre i verduretes logurt natural sense sucre	Verdura del temps Croquetes de pernil amb amanida Fruita	Cigrons bullits Peix blanc al forn amb amanida Fruita
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Macarrons a la napolitana Trita paisana amb amanida Fruita	Verdura del temps Cigrons guisats amb verdures Fruita	Arròs integral tres delícies (ou, pastanaga, pèsol) Pernillets de pollastre al forn amb amanida Fruita	Llenties guisades amb verdures Filet de bròtola al forn amb amanida Batut de fruita natural	Crema de verdures amb crostons Espirals amb bolonyesa vegetal Fruita
Arròs amb tomàquet Peix blau fregit amb amanida Fruita	Sopa de peix Conill al forn amb amanida Fruita	Verdura del temps Falafel de mongeta amb amanida logurt natural sense sucre	Gall dindi a la planxa amb verduretes i patata al caliu Fruita	Amanida Pizza casolana Fruita
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Mongetes seques guisades amb verdures Trita d'alls tendres amb amanida Fruita	Crema de carbassó Escalopa de gall dindi amb pastanaga ratllada Fruita	Amanida d'arròs Hamburguesa de vedella al forn amb tomàquet i amanida Fruita	Verdura del temps Espaguetis de llenties a la napolitana logurt natural sense sucre	Macarrons integrals amb salsa de formatge Peix fresc i de proximitat amb amanida Fruita
Pollastre a la planxa amb amanida i arròs blanc Fruita	Verdura del temps Peix blanc arrebossat amb amanida logurt natural sense sucre	Remenat d'ou amb verdures i xampinyons Fruita	Pasta blanca amb orenga Crestes de tonyina amb amanida Fruita	Crema de verdures Cigrons saltats amb verdures Fruita
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Amanida de pasta Daus de pollastre guisats amb poma Fruita	Minestra de verdura Llenties guisades amb verdures Fruita	Arròs integral amb tomàquet Filet de lluç al forn amb amanida Batut de fruita natural	Cigrons guisats amb verdures Trita de patata amb amanida Fruita	Crema de verdura Pizza casolana Amanida Fruita
Arròs amb pèsols Ous durs al plat amb tomàquet logurt natural sense sucre	Brou vegetal Xai a la planxa amb patata al vapor Fruita	Cuscús amb gall dindi i verduretes Fruita	Verdura del temps Hamburguesa vegetal al forn amb amanida Fruita	Macarrons amb tomàquet Bacallà al forn amb amanida Fruita
DILLUNS 30	DIMARTS 31	<p>Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, porc (excepte els llibrets), iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, lletia, cigrò, sucre, llet, oli d'oliva verge extra, oli de gira-sol alt oleic i sal. Aquest mes gaudirem de cirera, carbassó, bròquil. La varietat de peix fresc serà segons mercat: Maira, lluç... El iogurt és sense sucre i a doll (format gran). 2 cops al mes de pasta i arròs integral ecològic. 2 cops a la setmana pa integral. Proteïna vegetal als segons plats. Inclou el pa diari.</p> <p>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</p>		
Espaguetis amb salsa de porros Filet de fogoner al forn amb amanida Fruita	Verdura del temps Trita de carbassó amb amanida Fruita			
Hamburguesa de conill amb arròs saltat Fruita	Crema de verdures Croquetes casolanes de pollastre amb amanida logurt natural sense sucre			

