

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<b>Festiu</b>	1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES I CRUIXENT DE PERNIL ( 3 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P BOTIFARRA A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 3, 7 ) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS PRIMAVERA (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ( 3 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO IOGURT ( 7 )	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES ( 1 ) 2P BACALLÀ A L' ANDALUSA (arrebossat amb farina) ( 1, 2, 4, 14 ) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM ( 1, 6, 11 ) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
				<b>Festiu</b>
<b>Festiu</b>	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P CROQUETES GOURMETS DE CARN D'OLLA ( 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14 ) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO NATILLES DE XOCOLATA ( 3, 7 )	1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS ( 1, 3, 4, 6, 10, 12 ) 2P BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS ( 1, 3, 4 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA RUSSA amb maionesa opcional ( 3, 4 ) 2P POLLASTRE AL FORN AMB POMA ( 12 ) GU AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET PO GELAT ( 6, 7 )	<b>21</b>
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
1P MACARRONS A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) ( 1, 3, 6, 7 ) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ( 3 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12 ) GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P FUSSILIS AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ I FORMATGE ( 1, 7 ) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA ( 3 ) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) ( 7 ) 2P SALMÓ AL FORN ( 4 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
		<b>JORNADA ASIA</b>	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) ( 1, 4 ) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) ( 1, 4 ) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P BURRITOS DE POLLASTRE ( 1, 10 ) GU PATATES XIPS PO FRUITA DEL TEMPS

Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



# LA TEVA DIETA DIÀRIA

ESMORZARS I BERENARS SALUDABLES

FRUITA FRESCA O HORTALISSES

I TAMBÉ FRUITS SECS

PA, CEREALS O DERIVATS

LLET O DERIVATS

## QUÈ MENGEM PER SOPAR?

Prepara el sopar amb aliments que no s'hagin consumit en el menjar elaborats de manera lleugera i simple

SI HAN MENJAT

PODEN SOPAR

Verdures i Hortalisses	Verdures i Hortalisses crues o cuinades
Patata o moniato	Pasta, arròs, pa o altres cereals
Pasta, arròs, pa o altres cereals	Patata o moniato
Llegums	Peix, Ou o Carn
Carn blanca o vermella	Peix, Ous o Llegums
Peix blanc o blau	Carn blanca, Ous o Llegums
Ous	Carn blanca, Peix o Llegums
Fruita Fresca	Fruita Fresca o Làctic
Làctic	Fruita Fresca

completa la teva alimentació diària amb un sopar adequat

OFERIM MENÚS..

sostenibles

equilibrats

saludables

responsables

variats

innovadors

de temporada

de proximitat

## 5 RAONS PER COMPRAR PRODUCTES DE PROXIMITAT

**+ SOSTENIBILITAT**  
REDUÏM INTERMEDIARIS I PER TANT TAMBÉ REDUÏM LA PETJADA DE CARBONI, HÍDRICA I DE TERRITORI.



**TEMPORALITAT**  
RESPECTEM I AFAVORIM LA RIQUESA AGROALIMENTÀRIA DEL NOSTRE ENTORN



**+ ECONOMIA LOCAL**

IMPULSEM L'ECONOMIA DEL NOSTRE ENTORN MÉS PROPER, AGRICULTORS I PETITS COMERÇOS.



1

2

3

4

5

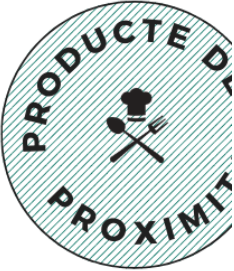
**+ SOBIRANIA ALIMENTÀRIA**

"EL DRET DELS POBLES A ALIMENTS NUTRITIVS I CULTURALMENT ADEQUATS, ACCESSIBLES, PRODUÏTS DE FORMA SOSTENIBLE I ECOLÒGICA, I EL SEU DRET A DECIDIR EL SEU PROPÍ SISTEMA ALIMENTARI I PRODUCTIU."



**+ QUALITAT**

SÓN PRODUCTES MÉS FRESCOS I QUE S'HAN COLLIT EN EL SEU PUNT ÒPTIM DE MADURACIÓ



DILLUNS		DIMARTS		DIMECRES		DIJOUS		DIVENDRES	
<p><b>*VERDURES PERMESES:</b> patata vella, espinacs, xampinyons, col, enciam, api, escarola, bledes, bròquil i endívies.</p> <p><b>*FRUITES PERMESES:</b> alvocat, papaia, olives</p> <p><b>*LLEGUMS PERMESES:</b> tofu, seitan</p> <p><b>*FRUITS SECS PERMESOS:</b> llavors de sèsam i de carbassa</p>						1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES I CRUIXENT DE PERNIL ( 3 ) PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P VERDURA PERMESA * 2P LLOM A LA PLANXA GU PATATA AL CALIU PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )	
<b>6</b>		<b>7</b>		<b>8</b>		<b>9</b>		<b>10</b>	
1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 3, 7 ) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola i romaní) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P ARRÒS AMB XAMPINYONS 2P TRUITA FRANCESA ( 3 ) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P CREMA DE BRÒQUIL 2P ESTOFAT DE GALL DINDI* GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P ARRÒS SALTEJAT AMB oove 2P BACALLÀ A L' ANDALUSA (arrebossat amb farina) ( 1, 2, 4, 14 ) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P VERDURA* AMB PATATES AL VAPOR 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLII D' OLIVA PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )	
<b>13</b>		<b>14</b>		<b>15</b>		<b>16</b>		<b>17</b>	
1P ARRÒS AMB ORENGA 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATES FREGIDES PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P VERDURA PERMESA* 2P TRUITA DE PATATES ( 3 ) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P AMANIDA DE PASTA * ( 1, 3, 4 ) 2P BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS ( 1, 3, 4 ) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P VERDURA PERMESA* 2P POLLASTRE AL FORN GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )			
<b>20</b>		<b>21</b>		<b>22</b>		<b>23</b>		<b>24</b>	
		1P ARRÒS PILAFF 2P LLOM A LA PLANXA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLII D' OLIVA PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P FUSSILIS AMB FORMATGE ( 1, 7 ) 2P TRUITA DE PATATES ( 3 ) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P VERDURA PERMESA* AMB PATATES AL VAPOR 2P CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P CREMA DE BRÒQUIL 2P SALMÓ AL FORN ( 4 ) GU PATATA AL CALIU PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )	
<b>27</b>		<b>28</b>		<b>29</b>		<b>30</b>		<b>31</b>	
1P MACARRONS SALTEJATS 2P TRUITA FRANCESA ( 3 ) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P VERDURA DEL TEMPS* 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AL FORN ( 6, 12 ) GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P ARRÒS AMB XAMPINYONS 2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB LLAVERS DE SÈSAM( 11 ) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P PATATES GRATINADES ( 7 ) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) ( 1, 4 ) GU AMANIDA* PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )		1P CREMA DE VERDURES* 2P POLLASTRE A LA GRAELLA GU PATATES PO IOGURT NATURAL SENSE SUCRE ( 7 )	

Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.





# LA TEVA DIETA DIÀRIA

ESMORZARS I BERENARS SALUDABLES

FRUITA FRESCA O HORTALISSES

I TAMBÉ FRUITS SECS

PA, CEREALS O DERIVATS

LLET O DERIVATS

## QUÈ MENGEM PER SOPAR?

Prepara el sopar amb aliments que no s'hagin consumit en el menjar elaborats de manera lleugera i simple

SI HAN MENJAT

PODEN SOPAR

Verdures i Hortalisses	Verdures i Hortalisses crues o cuinades
Patata o moniato	Pasta, arròs, pa o altres cereals
Pasta, arròs, pa o altres cereals	Patata o moniato
Llegums	Peix, Ou o Carn
Carn blanca o vermella	Peix, Ous o Llegums
Peix blanc o blau	Carn blanca, Ous o Llegums
Ous	Carn blanca, Peix o Llegums
Fruita Fresca	Fruita Fresca o Làctic
Làctic	Fruita Fresca

completa la teva alimentació diària amb un sopar adequat

OFERIM MENÚS..

sostenibles

equilibrats

saludables

responsables

variats

innovadors

de temporada

de proximitat

## 5 RAONS PER COMPRAR PRODUCTES DE PROXIMITAT

**+ SOSTENIBILITAT**  
REDUÏM INTERMEDIARIS I PER TANT TAMBÉ REDUÏM LA PETJADA DE CARBONI, HÍDRICA I DE TERRITORI.



**TEMPORALITAT**  
RESPECTEM I AFAVORIM LA RIQUESA AGROALIMENTÀRIA DEL NOSTRE ENTORN



**+ ECONOMIA LOCAL**

IMPULSEM L'ECONOMIA DEL NOSTRE ENTORN MÉS PROPER, AGRICULTORS I PETITS COMERÇOS.



1

2

3

4

5

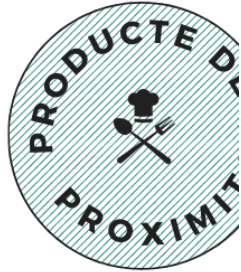
**+ SOBIRANIA ALIMENTÀRIA**

"EL DRET DELS POBLES A ALIMENTS NUTRITIVS I CULTURALMENT ADEQUATS, ACCESSIBLES, PRODUÏTS DE FORMA SOSTENIBLE I ECOLÒGICA, I EL SEU DRET A DECIDIR EL SEU PROPÍ SISTEMA ALIMENTARI I PRODUCTIU."



**+ QUALITAT**

SÓN PRODUCTES MÉS FRESCOS I QUE S'HAN COLLIT EN EL SEU PUNT ÒPTIM DE MADURACIÓ



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<b>Festiu</b>	1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES I CRUIXENT DE PERNIL ( 3 ) PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P BOTIFARRA A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS ...
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
1P FUSSILIS sense gluten AMB SALSA DE FORMATGES ( 3, 7 ) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P ARRÒS PRIMAVERA (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ( 3 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO IOGURT ( 7 ) ...	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI GU PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P LLENTIES sense gluten GUISADES AMB HORTALISSES BACALLÀ A L' ANDALUSA (arrebossat amb farina sense gluten) ( 2, 4, 14 ) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS ...
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA ( 3 ) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P AMANIDA DE pasta sense gluten ( 3, 4, 6, 10, 12 ) 2P BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS sense gluten ( 3, 4 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P AMANIDA RUSSA amb maionesa opcional ( 3, 4 ) 2P POLLASTRE AL FORN AMB POMA ( 12 ) GU AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET PO GELAT ( 6, 7 ) ...	<b>Festiu</b>
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>Festiu</b>	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P CROQUETES sense gluten ( 3, 7, 12 ) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO NATILLES DE XOCOLATA ( 3, 7 ) ...	1P FUSSILIS sense gluten AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ I FORMATGE ( 7 ) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA ( 3 ) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) ( 7 ) 2P SALMÓ AL FORN ( 4 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS ...
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
1P MACARRONS sense gluten A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) ( 3, 6, 7 ) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ( 3 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12 ) GU PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) ( 3 ) 2P TIRES DE POLLASTRE SALTEJAT AMB SÈSAM ( 11 ) GU EDAMAMES BULLITS ( 6 ) PO GELAT ( 6, 7 ) ...	1P AMANIDA DE LLENTIES sense gluten (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) ( 4 ) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina sense gluten) ( 4 ) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS ...	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P BURRITOS DE POLLASTRE sense gluten ( 10 ) GU PATATES XIPS PO FRUITA DEL TEMPS ...

Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.

- Gluten**  
( 1 )
- Crustacis**  
( 2 )
- Ous**  
( 3 )
- Peix**  
( 4 )
- Cacauet**  
( 5 )
- Soja**  
( 6 )
- Llet**  
( 7 )
- Fruits secs**  
( 8 )
- Api**  
( 9 )
- Mostassa**  
( 10 )
- Sèsam**  
( 11 )
- Sulfits**  
( 12 )
- Tramucos**  
( 13 )
- Mol·luscs**  
( 14 )

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<b>Festiu</b>	1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES I CRUIXENT DE PERNIL ( 3 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P BOTIFARRA A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS
1P FUSSILIS AMB HERBESA ROMÀTIQUES ( 1 ) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS PRIMAVERA (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ( 3 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO IOGURT sense lactosa	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES ( 1 ) 2P BACALLÀ A L' ANDALUSA (arrebossat amb farina) ( 1, 2, 4, 14 ) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM ( 1, 6, 11 ) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA ( 3 ) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS ( 1, 3, 4, 6, 10, 12 ) 2P BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS ( 1, 3, 4 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA RUSSA amb maionesa opcional ( 3, 4 ) 2P POLLASTRE AL FORN AMB POMA ( 12 ) GU AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET PO GELAT sense lactosa	<b>Festiu</b>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>Festiu</b>	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P LLOM A LA PLANXA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO IOGURT sense lactosa	1P FUSSILIS AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ sense lactosa ( 1 ) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA ( 3 ) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PORROS sense lactosa 2P SALMÓ AL FORN ( 4 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
1P MACARRONS AMB ORENGA ( 1 ) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ( 3 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12 ) GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) ( 3 ) 2P ROTLLET DE PRIMAVERA ( 1, 2, 6, 12 ) GU EDAMAMES BULLITS ( 6 ) PO GELAT sense lactosa	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) ( 1, 4 ) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) ( 1, 4 ) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P BURRITOS DE POLLASTRE ( 1, 10 ) GU PATATES XIPS PO FRUITA DEL TEMPS
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>

Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.





DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<b>Festiu</b>	1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS 2P LLUÇ AMB PATATES ( 4 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P BOTIFARRA A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>		
1P FUSSILIS AMB HERBES AROMÀTIQUES ( 1 ) LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romani) 2P AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET GU PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS PRIMAVERA (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) 2P LLUÇ A LA PLANXA ( 4 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO IOGURT ( 7 )	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES ( 1 ) 2P BACALLÀ A L' ANDALUSA (arrebossat amb farina) ( 1, 2, 4, 14 ) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM ( 1, 6, 11 ) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P GALL DINDI A LA PLANXA GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA DE LLACETS sense ou ( 1, 4, 6, 10, 12 ) 2P BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS sense ou ( 1, 4 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA RUSSA sense ou ( 4 ) 2P POLLASTRE AL FORN AMB POMA ( 12 ) GU AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET PO GELAT ( 6, 7 )	<b>Festiu</b>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>Festiu</b>	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P LLOM A LA GRAELLA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO IOGURT ( 7 )	1P FUSSILIS AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ I FORMATGE ( 1, 7 ) 2P LLUÇ AL FORN ( 4 ) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) ( 7 ) 2P SALMÓ AL FORN ( 4 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
1P MACARRONS AMB ORENGA ( 1 ) 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 6, 12 ) GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS QUATRE DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, pèsols i pastanaga) 2P ROTLLET DE PRIMAVERA ( 1, 2, 6, 12 ) GU EDAMAMES BULLITS ( 6 ) PO GELAT ( 6, 7 )	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) ( 1, 4 ) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) ( 1, 4 ) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P BURRITOS DE POLLASTRE ( 1, 10 ) GU PATATES XIPS PO FRUITA DEL TEMPS
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>

Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		<b>Festiu</b>	1P ARRÒS A LA CASSOLA AMB POLLASTRE, VERDURES I PÈSOLS 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES ( 3 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P SALSITXES DE POLLASTRE A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS
1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES ( 1, 3, 7 ) 2P POLLASTRE A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS PRIMAVERA (daus de tomàquet, olives verdes i pinya) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ( 3 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO IOGURT ( 7 )	1P CREMA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i patata) 2P ESTOFAT DE GALL DINDI GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES ( 1 ) 2P BACALLÀ A L' ANDALUSA (arrebossat amb farina) ( 1, 2, 4, 14 ) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, POMA I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM ( 1, 6, 11 ) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P HAMBURGUESA DE POLASTRE A LA PLANXA ( 12 ) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA ( 3 ) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA DE LLACETS VEGETALS ( 1, 3, 4, 6, 10, 12 ) 2P BASTONETS DE LLUÇ CASOLANS ( 1, 3, 4 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P AMANIDA RUSSA amb maionesa opcional ( 3, 4 ) 2P POLLASTRE AL FORN AMB POMA ( 12 ) GU AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET PO GELAT ( 6, 7 )	<b>Festiu</b>
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>Festiu</b>	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P CROQUETES DE BACALLÀ ( 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 14 ) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO NATILLES DE XOCOLATA ( 3, 7 )	1P FUSSILIS AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ I FORMATGE ( 1, 7 ) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA ( 3 ) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS	1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) ( 7 ) 2P SALMÓ AL FORN ( 4 ) GU PATATA AL CALIU PO FRUITA DEL TEMPS
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
1P MACARRONS AMB CREMA DE LLET I FORMATGE ( 1, 3, 7 ) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA ( 3 ) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P MANDONGUILLES DE CIGRÓ AMB SALSA DE TOMÀQUET ( 1, 6 ) GU CUSCÚS SALTEJAT ( 1, 6 ) PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) ( 3 ) 2P ROTLLET DE PRIMAVERA ( 1, 2, 6, 12 ) GU EDAMAMES BULLITS ( 6 ) PO GELAT ( 6, 7 )	1P AMANIDA DE LLENTIES (tonyina, olives negres, pastanaga i tomàquet) ( 1, 4 ) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) ( 1, 4 ) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P BURRITOS DE POLLASTRE ( 1, 10 ) GU PATATES XIPS PO FRUITA DEL TEMPS
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>

Les postres poden variar de dia per tal de garantir el consum de la fruita en el seu punt òptim de maduració.

