
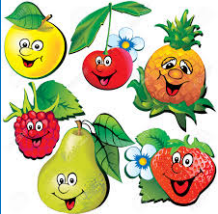




	DILLUNS Pasta / Ous	DIMARTS Llegum / Pollastre	DIMECRES Verdura / Vedella o porc	DIJOUS Sopa / Porc o ous	DIVENDRES Arròs / Peix
<p>1^o setmana 12-09/09-10</p> 	<p>Espaguëtis amb tomàquet i formatge ratllat</p> <p>Ous farcits de tonyina amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida de llenties ECO amb tomàquet i olives</p> <p>Pit de pollastre al forn amb ceba i patates fregides</p> <p>Gelat de vainilla</p>	<p>Patates, mongeta tendra i pastanaga</p> <p>Daus de vedella guisats amb pèsols</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de pastanaga</p> <p>Llom arrebossat amb verdures a la brasa (carbassó, pebrot,...)</p> <p>Fruita ECO</p>	<p>Arròs llarg vaporitzat amb tomàquet</p> <p>PEIX FRESC DE MERCAT AL FORN amb amanida d'enciam i cogombre</p> <p>Fruita</p>
<p>2^o setmana 18-09/16-10</p> 	<p>Amanida d'enciam, blat de moro, pastanaga i tonyina</p> <p>Macarrons amb tomàquet, carn picada i formatge</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de pèsols</p> <p>Hamburguesa de pollastre al forn amb amanida de d'enciam i poma</p> <p>flam de vainilla</p>	<p>Ensalada russa (patata, pèsols, pastanaga i mongeta tendra), maionesa opcional</p> <p>Escalopa de vedella arrebossada amb tomàquet al forn</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de peix amb pa torrat</p> <p>Truita de formatge amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita ECO</p>	<p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Bacallà arrebossat al forn amb amanida tomàquet i olives</p> <p>Fruita</p>
<p>3^o setmana 25-09/23-10</p> 	<p>Amanida de pasta, (pasta tricolor amb tonyina, blat de moro i stick de cranc), maionesa opcional</p> <p>Truita de ceba i carbassó amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida de cigrons ECO amb tomàquet i olives</p> <p>Pit de gall d'indi al forn amb salsa de pebrot i tomàquet amb patates fregides logurt</p>	<p>Amanida camperola(patata, tonyina, ceba, olives i tomàquet).</p> <p>Hamburguesa de vedella al forn amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de carbassó (carbassó, ceba, patata)</p> <p>Carn magra de porc al forn amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita ECO</p>	<p>Arròs llarg vaporitzat amb tomàquet</p> <p>PEIX FRESC DE MERCAT AL FORN amb amanida d'enciam i olives</p> <p>Fruita</p>
<p>4^o setmana 02-10</p> 	<p>Amanida d'enciam, tomàquet, espàrrecs, ou dur i olives</p> <p>Fideus amb calamar (fideuà)</p> <p>Fruita</p>	<p>Llenties ECO amb oli</p> <p>Cuixa de pollastre al forn amb amanida tomàquet, d'enciam i pastanaga</p> <p>Crema catalana</p>	<p>Puré de pastanaga</p> <p>Mandonguilles de porc i vedella guisades (amb sofregit de ceba i salsa de tomàquet) i patates fregides</p> <p>Fruita</p>	<p>Escudella de pasta</p> <p>Truita d'espínacs amb amanida d'enciam i poma</p> <p>Fruita ECO</p>	<p>Arròs tres delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols), maionesa opcional</p> <p>Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i tomàquet</p> <p>Fruita</p>
<p>Propostes de sopars</p>	<p>Crema de verdures Pollastre/conill</p>	<p>Sopa de pasta Peix blau</p>	<p>Llegum o arròs Ou</p>	<p>Verdura bullida Peix blanc</p>	<p>Lliure</p>

Acompanyaments:

- Tots els segons plats van acompanyats de verdures o hortalisses, excepte 4 cops al mes que hi ha patates fregides.
- D'acompanyament trobem amanides de diferents tipus, bolets o verdures al forn.
- Els àpats se serveixen amb aigua i pa.
- Tots els plats s'elaboren amb oli d'oliva.

Els postres

- Els iogurts són sempre naturals ensucrats.

La Fruita:

La fruita serà la de temporada Primavera/ Estiu: maduixes, préssec, nectarina, pera, poma, kiwi, albercoc, plàtan, prunes,...

Productes ecològics:

Els productes marcats com a ECO (llegums i 1 dia de fruita per setmana) són de cultiu ecològic.

S'estableix que la fruita de cultiu ecològic es pugui servir els dijous, però si puntualment degut al seu estat de maduració això no és possible, es servirà un altre dia de la setmana.

Canvis en els menús

Quan un dilluns és festiu, el dimarts següent no es poden servir els llegums ni el pollastre perquè requereixen una preparació prèvia. En aquests casos, els dimarts es servirà el menú del dilluns. Igual passa amb la crema catalana, si el dilluns ha estat festiu, el dimarts no es pot servir.

