

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
			27  30  28  29 	MENESTRA CASOLANA (patata, mongeta verda, pastanaga i carbassó) AMB MAIONESA 1  PILOTA CASOLANA EN SALSA  2 3  4  6  5  XAMPINYONS SALTEJATS AMB ALL I IOGURT
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i champinyons) TRUITA DE PERNIL DOLÇ 7  AMANIDA VARIADA  8 FRUITA NATURAL	CREMA DE PASTANAGA, TARONJA I API LLOM AMB SALSA DE MEL  9 10  AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA NATURAL	LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS CROQUETES D'ESPINACS  11 12  13  14  15  VERDURA BULLIDA (temporada) FRUITA NATURAL	PATATES, MONGETES VERDES I PASTANAGUES 16  POLLASTRE AMB MONIATO I PANSES 17  AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES IOGURT	BROU CASOLÀ AMB GALETES 18  19  20  21  22  PEIX FRESC DE MERCAT HUMMUS CASOLÀ AMB "DIPS" DE FRUITA NATURAL
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
CREMA DE PORROS, PATATA I PASTANAGA 23  24  POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) 25  XAMPINYONS SALTEJATS AMB ALL I FRUITA NATURAL	MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongeta, pastanaga i pebrot vermell) SALSITXES DE PORC A LA PLANXA 30  DAUS DE PATATES NATURALS IOGURT	ESPIRALS A LA CARBONARA (amb crema de llet i bacó) 31  32  36  33  34  35  LLUÇ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) 38  37  AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (opcional) FRUITA NATURAL	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) TRUITA DE PATATES I CEBA 40  AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA NATURAL	PATATES, MONGETES VERDES I PASTANAGUES BULLIDES DAUS DE VEDELLA ESTOFATS 27  41  28  29  AMANIDA D' ENCIAM,PASTANAGA I OLIVES FRUITA NATURAL
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
TRINXAT DE LA CERDANYA (col i patata saltejada amb cansalada) LLOM A LES FINES HERBES 42  AMANIDA DE TEMPORADA  43 FRUITA NATURAL	GUISAT DE CIGRONS AMB VERDURES, COMÍ I FARIGOLA (by Laura) TRUITA DE GALL DINDI FUMAT  44 45  46  MONGETES VERDES SALTEJADES FRUITA NATURAL	BROU CASOLÀ AMB FIDEUS 47  48  49  50  SALSITXES DE PORC A LA PLANXA 51  PATATES "PANADERES" FRUITA NATURAL	ARRÒS AMB VERDURES I CURRI HINDÚ DE COCO (by Luís) PEIX FRESC DE MERCAT 52  AMANIDA D' ENCIAM,PASTANAGA I OLIVES IOGURT	CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA (carbassa,carbassó,ceba,porros) PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) 53  54  55  56  JULIANA D' ENCIAM FRUITA NATURAL
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 1
LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) OUS AMB BEIXAMEL  57 58  59  AMANIDA D'ENCIAM I REMOLATXA FRUITA DEL TEMPS	PATATES, MONGETA TENDRA I PASTANAGA AMB MAIONESA 60  61  POLLASTRE BROASTER (Pernilets de pollastre arrebossats al estil Americà) 62  63  AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA NATURAL	ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i champinyons) TRUITA DE CEBA, CARBASSÓ I PATATA 64  JARDINERA FRUITA NATURAL		

## Recomanació Sopars

DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	DIVENDRES 1
				GRAELLADA DE VERDURES CONILLA A LA MOSTASSA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 4	DIMARTS 5	DIMECRES 6	DIJOUS 7	DIVENDRES 8
BRÒQUIL BULLIT BISTEC DE VEDELLA A LA PLANXA BROQUETA DE FRUITA VARIADA	COL I PATATA BULLIDA LLOBARRO AL FORN AMB RODANXES DE CARBASSÓ FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA ( patata i ceba) QUICHE D'ESPINACS I FORMATGE FRUITA DEL TEMPS	ARRÒS INTEGRAL SALTEJAT AMB PANSES I CEBA TRUITA A LA FRANCESA FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE VERDURES AMB FIDEUS PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
SOPA D'AU PAISANA PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	BLEDES AMB PATATES ORADA A LA SAL IOGURT	COL BULLIDA AMB PASTANAGA CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB MOSTASSA I MEL MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE PASTANAGA ( patata i ceba) PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	GRAELLA DE VERDURES SALMÓ A LES FINES HERBES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
ESPINACS BULLITS AMB PATATES TRUITA DE GALL D'INDI FUMAT BROQUETA DE FRUITA VARIADA	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) LLUÇ A LA PLANXA QUALLADA	SOPA DE VERDURES AMB FIDEUS REMNAT D'OUS I XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS	BRÒQUIL BULLIT HAMBURGUESES DE POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA DEL TEMPS	VICHYSOISE (crema de porros i patates) TONYINA AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 1
PURÉ DE VERDURES PIT DE GALL D'INDI A LA PIZZAIOLA FRUITA DEL TEMPS	MONGETES VERDES SALTEJADES OUS ESTRELLATS AMB PATATES FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE VERDURES AMB PISTONS MONGETES SEQUES ESTOFADES (mongetes seques, pastanaga i pebrot vermell) MACEDÒNIA DE FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE PASTANAGA AMB DAUS DE PA PIT DE GALL D'INDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I PEBROT VERD IOGURT	

## Necessitats Alimentàries Especials

- |                                 |                           |                               |                               |                         |
|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------|
| 1. Sense maionesa               | 18. Pasta sense gluten    | 35. Salsa napolitana          | 52. Llom a la planxa          | 69. Hamburguesa de peix |
| 2. Sense maionesa               | 19. Pasta sense ou        | 36. Salsa napolitana          | 53. Pizza sense gluten        | 70. Vedella a la planxa |
| 3. Farina s/gluten              | 20. Sopa de verdures      | 37. Vedella a la planxa       | 54. Sense formatge            |                         |
| 4. Elaborat sense ou            | 21. Sense api             | 38. Lluç a la planxa          | 55. Sense formatge            |                         |
| 5. Peix al forn                 | 22. Llom a la planxa      | 39. Arròs amb tomàquet        | 56. Pizza de tonyina          |                         |
| 6. Vedella a la planxa          | 23. Sense làctics         | 40. Truita vegana             | 57. mongeta tendra amb patata |                         |
| 7. Truita vegana                | 24. Sense làctics         | 41. Llom a la planxa          | 58. Pollastre a la planxa     |                         |
| 8. Truita francesa              | 25. Pollastre a la planxa | 42. Salsa sense gluten        | 59. Amanida variada           |                         |
| 9. sense api                    | 26. Menestra de verdures  | 43. Llom a la planxa          | 60. Sense maionesa            |                         |
| 10. Llonzes a la planxa         | 27. Farina s/gluten       | 44. mongeta verda amb patates | 61. Sense maionesa            |                         |
| 11. Arròs amb verdures          | 28. Peix a la planxa      | 45. Truita vegana             | 62. farina sense gluten       |                         |
| 12. Croquetes de pollastre s/ou | 29. Vedella a la planxa   | 46. Truita francesa           | 63. arrebossat sense ou       |                         |
| 13. Peix arrebossat s/ou        | 30. Vedella a la planxa   | 47. Pasta s/gluten            | 64. Truita vegana             |                         |
| 14. Peix arrebossat             | 31. Pasta s/gluten        | 48. Pasta sense ou            | 65. Pasta sense gluten        |                         |
| 15. Peix arrebossat             | 32. Pasta sense ou        | 49. Sopa de verdures          | 66. Pasta sense ou            |                         |
| 16. Patata natural              | 33. Salsa napolitana      | 50. Sense api                 | 67. Salsa napolitana          |                         |
| 17. sense panses                | 34. Salsa napolitana      | 51. Llom a la planxa          | 68. Salsa napolitana          |                         |

### PRODUCTES ECOLÒGICS I DE PROXIMITAT:

Tota la fruita i la verdura (excepte la mongeta verda).

Tota la pasta i l'arròs (blanc i integral).

Totes les llegums (excepte els pèsols).

El tomàquet triturat i el blat de moro.

Pa blanc i integral, la farina, la sal i el pa ratllat.

El peix és de producció nacional i el pollastre és "pio"

El dia 28 celebrem les jornades de Carnestoltes:

1r plat: Macarrons Fiona i Shrek (crema de carbassa i espinacs)

2n plat: Hamburguesa de vedella i patates fregides

Postre: logurt amb cacau

