

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIUJOURS	DIVENDRES
4 Espaguetis amb tomàquet i formatge Truita de ceba i carbassó amb amanida Fruita	5 Arròs 3 delícies Estofat de vedella amb verdures Fruita	6 Crema de coliflor amb crostons Cap de llom al forn amb salsa Iogurt	7 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre rostit amb tomàquet amanit Fruita	8 Cigrons estofats amb ceba, carbassa i xirivía Peix fresc amb amanida Fruita
11 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Hamburguesa de vedella al forn amb amanida Fruita	12 Macarrons amb verdures Rodó de porc amb salsa Fruita	13 Crema de pastanaga amb crostonets Pollastre al forn amb amanida Fruita	14 Llenties estofades amb arròs, carbassa i porro Peix fresc amb amanida Fruita	15 Arròs amb tomàquet Truita de ceba i patata amb amanida Iogurt
18 Arròs amb verdures Pollastre a l'allet amb amanida Fruita	19 Mongetes estofades amb ceba i moniato Ous durs amb tomàquet Fruita	20 Crema de carbassa amb crostonets Botifarra al forn amb amanida Iogurt	21 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Mandonguilles amb salsa Fruita	22 Espaguetis carbonara Peix fresc amb amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita
25 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Escalopa de porc amb amanida d'enciam, nap i sèsam Fruita	26 Sopa amb fideus Hamburguesa de vedella al forn amb amanida Fruita	27 Crema de verdures de tardor amb crostonets Pollastre al forn a la llimona i herbes aromàtiques Fruita	28 Llenties estofades amb verdures Peix fresc amb amanida Iogurt	29 Arròs amb bolets Truita de ceba i patata amb amanida Fruita

Menús elaborats pel dietista **Gabor Smit**

PEIX FRESC (lluç, bonítol, bacallà, maires...) **LA VERDURA, LA FRUITA, ELS LLEGUMS, ELS CEREALS I L'OLI D'OLIVA** que serveixen són ecològics i de proximitat; **EI**

POLLASTRE I EL IOGURT són de pastura.