

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIUJOURS	DIVENDRES
4 Espaguetis s/gluten amb tomàquet i formatge Truita de ceba i carbassó amb amanida Fruita	5 Arròs 3 delícies Estofat de vedella s/gluten amb verdures Fruita	6 Crema de coliflor amb crostons s/gluten 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 xirivia Peix fresc amb amanida Fruita
11 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Hamburguesa de vedella s/gluten al forn amb amanida Fruita	12 Macarrons s/gluten amb verdures Rodó de porc amb salsa Fruita	13 Crema de pastanaga amb crostonets s/gluten Pollastre al forn amb amanida Fruita	14 Llenties estofades amb arròs, carbassa i porro Peix fresc amb amanida d'enciam, pastanaga i olives 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 Ours durs amb tomàquet Fruita	20 Crema de carbassa amb crostonets s/gluten Botifarra s/gluten al forn amb amanida Iogurt	21 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Mandonguilles s/gluten amb salsa Fruita	22 Espaguetis s/gluten carbonara Peix fresc amb amanida d'enciam, pastanaga i olives Fruita
25 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Escalopa de porc s/gluten amb amanida d'enciam, nap i sèsam Fruita	26 Sopa amb fideus s/gluten Hamburguesa de vedella s/gluten al forn amb amanida Fruita	27 Crema de verdures de tardor amb crostonets s/gluten 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; **EL POLLASTRE I EL IOGURT** són de pastura.