

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIUJOURS	DIVENDRES
4 Espaguetis amb tomàquet i formatge Trita de ceba i carbassó amb amanida Fruita	5 Arròs 3 delícies s/pernil dolç 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 xirivia 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 Gall d'indi a la planxa 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 Trita 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 Bistec de vedella a la planxa amb amanida Iogurt	21 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Mandonguilles de pollastre amb salsa Fruita	22 Espaguetis carbonara amb xampinyons s/bacon Peix fresc amb amanida Fruita
25 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Escalopa de porc amb amanida Fruita	26 Sopa vegetal 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 Trita 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.