

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIUJOURS	DIVENDRES
4 Espaguetis amb tomàquet i formatge Truita de ceba i carbassó amb amanida Fruita	5 Arròs 3 delícies s/pernil dolç Estofat de peix amb verdures Fruita	6 Crema de coliflor amb crostons Peix a la planxa al forn amb salsa Iogurt	7 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Truita a la francesa 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 Peix a la planxa al forn amb amanida Fruita	12 Macarrons amb verdures Truita de formatge amb amanida Fruita	13 Crema de pastanaga amb crostonets Peix a la planxa 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 Peix a la planxa amb amanida Fruita	19 Mongetes estofades amb ceba i moniato Ous durs amb tomàquet Fruita	20 Crema de carbassa amb crostonets Peix a la planxa amb amanida Iogurt	21 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Truita a la francesa amb amanida Fruita	22 Espaguetis carbonara amb xampinyons s/bacon Peix fresc amb amanida Fruita
25 Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Truita amb xampinyons amb amanida Fruita	26 Sopa vegetal amb fideus Peix a la planxa amb amanida Fruita	27 Crema de verdures de tardor amb crostonets Ous durs amb salsa 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.