



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
05/01	06/01	07/01	08/01	09/01
VACANCES DE NADAL	VACANCES DE NADAL	VACANCES DE NADAL	Arròs amb xampinyons Truita de formatge amb amanida d'enciam i cogombre Fruita de temporada	Crema de carbassa Cuixa de pollastre amb salsa BBQ casolana i patates al forn Fruita de temporada
12/01	13/01	14/01	15/01	16/01
Macarrons s/gluten amb sofregit de tomàquet Tofu maçerat a la planxa i amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Contracuixa de pollastre al forn amb herbes provençals i moniato Fruita de temporada	Arròs amb verdures Peix al forn amb llit de ceba i patates Fruita de temporada	Mongetes estofades amb verdures de temporada Frittata d'ou i verdures amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt natural	Sopa amb fideus s/gluten Mandonguilles s/gluten a la jardineria amb arròs Fruita de temporada
19/01	20/01	21/01	22/01	23/01
Arròs amb sofregit de tomàquet Truita de ceba i patata amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Cigrons estofats amb xoriço Peix al forn amb amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre al forn amb saltejat de bolets Fruita de temporada	Patates estofades amb verdures de temporada Tofu rostit amb salsa i amanida d'enciam i cogombre Fruita de temporada	Crema de pastanaga Macarrons s/gluten amb bolonyesa de carn Iogurt natural
26/01	27/01	28/01	29/01	30/01
Llenties estofades amb verdures de temporada Truita a la francesa amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Pollastre arrebossat s/gluten amb moniato al forn Fruita de temporada	Espaguetis s/gluten amb salsa marciana Ous farcits amb amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Arròs 3 delícies Peix al forn amb amanida d'enciam i pastanaga Iogurt natural	Crema de porro i mongeta Botifarra s/gluten al forn amb escalivada Fruita de temporada

Menús elaborats pel dietista Gabor Smit

LA VERDURA, LA FRUITA, I EL IOGURT que serveixen son de temporada i de proximitat;