



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
01/12	02/12	03/12	04/12	05/12
Macarrons amb sofregit de tomàquet i orenga Falafels amb salsa de iogurt i amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Crema de moniato Truita de ceba i patata amb amanida verda Fruita de temporada	Arròs amb verdures Hamburguesa vegetal al forn amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures de temporada Truita de formatge amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Mongetes saltejades amb sal i pebre i carbassó al forn Iogurt natural
08/12	09/12	10/12	11/12	12/12
FESTA	Llenties estofades amb verdures de temporada s/xoriço Hamburguesa de kale i quinoa amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Espaguetis amb pesto Pèsols saltejats amb amanida d'enciam i cogombre Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Quiche amb porro s/bacó amb amanida de pastanaga ratllada i olives Fruita de temporada	Arròs amb 3 delícies vegetal Mandonguilles vegetals amb salsa amb carxofes al forn Iogurt natural
15/12	16/12	17/12	18/12	19/12
Arròs cremós de carbassa Tofu al curri thai i verdures Fruita de temporada	Mongetes estofades amb verdures de temporada Truita de ceba i carbassó amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Cigrons saltejats amb xampinyons i amanida verda Fruita de temporada	Espirals amb salsa marciàna Truita a la francesa amb amanida d'enciam i cogombre Fruita de temporada	Sopa vegetal amb galets Nuggets vegetals amb salsa de prunes i pinyons Neules i torrons
22/12	23/12	24/12	25/12	26/12
VACANCES DE NADAL	VACANCES DE NADAL	VACANCES DE NADAL	VACANCES DE NADAL	VACANCES DE NADAL

Menús elaborats pel dietista Gabor Smit

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