



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3	4	5	6	7
Crema de verdures amb moniato Estofat de porc Amanida mixta Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- PA AMB GALL D'INDI</b>	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Lluç amb salsa Enciam i blat de moro Pa blanc o integral Postre especial fruita <b>- PA AMB PERNIL DOLÇ</b>	Macarrons amb formatge Truita de carbassó Enciam, tomàquet i olives Pa blanc o integral Iogurt natural <b>- FRUITA</b>	Mongeta tendra amb patates Pernillets de pollastre al forn Carbassó arrebossat Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- PA AMB FORMATGE</b>	Llenties estofades amb verdures Hamburguesa de vedella Enciam i pastanaga Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- IOGURT AMB GALETES</b>
10	11	12	13	14
Tallarins a la carbonara Lluç al forn amb ceba gratinada Enciam i pastanaga Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- PA AMB GALL D'INDI</b>	Cigrons estofats amb verdures Pollastre amb salsa de poma Enciam i tomàquet Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- GOT DE LLET AMB MELINDROS</b>	Sopa d'estels Delícies de peix Enciam i blat de moro Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- PA AMB PERNIL DOLÇ</b>	Arròs a la napolitana Truita de patata i ceba Enciam i olives Pa blanc o integral Iogurt natural <b>- FRUITA</b>	<b>Lliure disposició</b>
17	18	19	20	21
Llenties estofades amb verdures Truita francesa amb pernil Daus de tomàquet amanit Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- PA AMB GALL D'INDI</b>	Crema de carbassa i pastanaga Salsitxes a la planxa Patates fregides Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- PA AMB FORMATGE</b>	Espirals amb tomàquet i formatge Lluç al forn Enciam i pastanaga Pa blanc o integral Postre especial fruita <b>- PA AMB PERNIL DOLÇ</b>	Bròquil amb patata Llom amb samfaina Enciam i olives Pa blanc o integral Iogurt natural <b>- FRUITA</b>	Paella marinera Pollastre a la planxa Enciam, blat de moro i olives Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- IOGURT AMB GALETES</b>
24	25	26	27	28
Crema de carbassó Pizza de pernil i formatge Enciam i olives Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- PA AMB GALL D'INDI</b>	Arròs amb salsa de tomàquet casolà Bacallà al forn Enciam i espàrrecs Pa blanc o integral Iogurt natural <b>- FRUITA</b>	Sopa d'au amb pasta Truita de patata i ceba Enciam i blat de moro Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- GOT DE LLET AMB MELINDROS</b>	Espaguetis a la napolitana Nuggets de pollastre Enciam i tomàquet Pa blanc o integral Fruita de temporada <b>- PA AMB PERNIL DOLÇ</b>	Cigrons estofats amb verdures Botifarra al forn Amanida / Patates xips Pa blanc o integral Fruita de temporada / Coca <b>- IOGURT AMB GALETES</b>





Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>3</p> <p>Crema de verdures amb moniato</p> <p>Estofat de porc</p> <p>Amanida mixta</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- PA AMB GALL D'INDI</p>	<p>4</p> <p>Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)</p> <p>Lluç amb salsa</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Postre especial fruita</p> <p>- PA AMB PERNIL DOLÇ</p>	<p>5</p> <p>Macarrons amb formatge</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Enciam, tomàquet i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt natural</p> <p>- FRUITA</p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patata</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Carbassó arrebossat</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- PA AMB FORMATGE</p>	<p>7</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- IOGURT AMB GALETES</p>
<p>10</p> <p>Tallarins a la carbonara</p> <p>Lluç al forn amb ceba gratinada</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- PA AMB GALL D'INDI</p>	<p>11</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Pollastre amb salsa de poma</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- GOT DE LLET AMB MELINDROS</p>	<p>12</p> <p>Sopa d'estels</p> <p>Delícies de peix</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- PA AMB PERNIL DOLÇ</p>	<p>13</p> <p>Arròs a la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt natural</p> <p>- FRUITA</p>	<p>14</p> <p><i>Lliure disposició</i></p>
<p>17</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb pernil</p> <p>Daus de tomàquet amanit</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- PA AMB GALL D'INDI</p>	<p>18</p> <p>Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Salsitxes a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- PA AMB FORMATGE</p>	<p>19</p> <p>Espirals amb tomàquet i formatge</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Postre especial fruita</p> <p>- PA AMB PERNIL DOLÇ</p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata</p> <p>Llom amb samfaina</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt natural</p> <p>- FRUITA</p>	<p>21</p> <p>Paella marinera</p> <p>Pollastre a la planxa</p> <p>Enciam, blat de moro i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- IOGURT AMB GALETES</p>
<p>24</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Guisat de gall d'indi amb verduretes</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- PA AMB GALL D'INDI</p>	<p>25</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet casolà</p> <p>Bacallà al forn</p> <p>Enciam i espàrrecs</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt natural</p> <p>- FRUITA</p>	<p>26</p> <p>Sopa d'au amb pasta</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- GOT DE LLET AMB MELINDROS</p>	<p>27</p> <p>Espaguetis a la napolitana</p> <p>Nuggets de pollastre</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>- PA AMB PERNIL DOLÇ</p>	<p>28</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Amanida / Patates xips</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada / Coca</p> <p>- IOGURT AMB GALETES</p>



# L'alimentació durant el dia es reparteix en



Un esmorzar complet ha de contenir:  
Farinacis: pa o torrades, flocs de blat de moro...; Lactis: llet, iogurt natural, formatge...i Fruita fresca



Es aconsellable planificar-los amb antelació, a partir de la programació mensual de dinars. D'aquesta manera evitem repeticions de certs aliments o l'abús de precuinats.



Creem menús sans i sostenibles, fomentant bons hàbits. Menús basats en la utilització d'aliments naturals, frescos, i de proximitat, amb proveïdors locals.



Complimenta les aportacions de nutrients de l'esmorzar, dinar i sopar. Els aliments aconsellats són els làctics, farinacis i fruita fresca o seca.

## Recomanacions de sopars

Si de primer dines....



De primer pots sopar....



I de postre...



Preferiblement fruita fresca o iogurt (en cas de no haver-ne consumit cap durant el dia)

Si de segon dines....



De segon pots sopar....



o



o



o



També hem d'incloure...



Verdura crua, com a plat principal o acompanyament/guarnició

Optar per farinacis (pa, pasta, arròs, etc.) integrals.





DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>Crema de verdures amb moniato</p> <p>Estofat de porc</p> <p>Amanida mixta</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>4</p> <p>Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)</p> <p>Lluç amb salseta</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB PERNIL</b></p>	<p>5</p> <p>Macarrons s/gluten amb formatge</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Enciam, tomàquet i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>logurt natural</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patates</p> <p>Pernilets de pollastre al forn</p> <p>Carbassó arrebossat s/gluten</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB FORMATGE</b></p>	<p>7</p> <p>Llenties s/gluten estofades amb verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT AMB GALETES S/GLUTEN</b></p>
<p>10</p> <p>Pasta s/gluten a la carbonara s/gluten</p> <p>Lluç al forn amb ceba gratinada</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>11</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Pollastre amb salsa de poma</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>GOT DE LLET AMB MADALENA S/GLUTEN</b></p>	<p>12</p> <p>Sopa amb pasta s/gluten</p> <p>Bacallà arrebossat s/gluten</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB PERNIL</b></p>	<p>13</p> <p>Arròs a la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>logurt natural</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>14</p> <p><i>Liure disposició</i></p>
<p>17</p> <p>Llenties s/gluten estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb pernil</p> <p>Amanida de tomàquet</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>18</p> <p>Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Salsitxes a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB FORMATGE</b></p>	<p>19</p> <p>Espirals s/gluten amb salsa de tomàquet i formatge</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB PERNIL</b></p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata</p> <p>Llom amb samfaina</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>logurt natural</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>21</p> <p>Paella marinera (Brou natural)</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>Enciam, blat de moro i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT AMB GALETES S/GLUTEN</b></p>
<p>24</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Pizza s/gluten de pernil i formatge</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>25</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet casolà</p> <p>Bacallà al forn</p> <p>Enciam i espàrrecs</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>logurt natural</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>26</p> <p>Sopa d'au amb pasta s/gluten</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>GOT DE LLET AMB MADALENA S/GLUTEN</b></p>	<p>27</p> <p>Espaguetis s/gluten a la napolitana</p> <p>Pollastre arrebossat s/gluten</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB PERNIL</b></p>	<p>28</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Amanida / Patates xips</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT AMB GALETES S/GLUTEN</b></p>





DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>Crema de verdures amb moniato</p> <p>Estofat de porc</p> <p>Amanida mixta</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>4</p> <p>Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)</p> <p>Lluç amb salseta</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>5</p> <p>Macarrons s/ou amb formatge</p> <p>Gall d'indi a la planxa</p> <p>Enciam, tomàquet i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt natural</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patates</p> <p>Pernillets de pollastre al forn</p> <p>Carbassó arrebossat s/ou</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB FORMATGE</b></p>	<p>7</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT AMB GALETES S/OU</b></p>
<p>10</p> <p>Tallarins s/ou a la carbonara</p> <p>Lluç al forn amb ceba gratinada</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>11</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Pollastre amb salsa de poma</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>GOT DE LLET AMB MADALENA S/OU</b></p>	<p>12</p> <p>Sopa amb pasta s/ou</p> <p>Bacallà arrebossat s/ou</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>13</p> <p>Arròs a la napolitana</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt natural</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>14</p> <p><i>Lliure disposició</i></p>
<p>17</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Gall d'indi a la planxa</p> <p>Amanida de tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>18</p> <p>Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Salsitxes a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB FORMATGE</b></p>	<p>19</p> <p>Espirals s/ou amb salsa de tomàquet i formatge</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata</p> <p>Llom amb samfaina</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt natural</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>21</p> <p>Paella marinera (Brou natural)</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>Enciam, blat de moro i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT AMB GALETES S/OU</b></p>
<p>24</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Pizza de pernil i formatge</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>25</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet casolà</p> <p>Bacallà al forn</p> <p>Enciam i espàrrecs</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt natural</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>26</p> <p>Sopa d'au amb pasta s/ou</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>GOT DE LLET AMB MADALENA S/OU</b></p>	<p>27</p> <p>Espaguetis s/ou a la napolitana</p> <p>Pollastre arrebossat s/ou</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>28</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Amanida / Patates xips</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT AMB GALETES S/OU</b></p>





DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>Crema de verdures amb moniato</p> <p>Estofat de porc</p> <p>Amanida mixta</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>4</p> <p>Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons)</p> <p>Lluç amb salseta</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>5</p> <p>Macarrons amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Enciam, tomàquet i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt de soia</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patates</p> <p>Pit de pollastre amb salsa de tomàquet</p> <p>Carbassó arrebossat s/làctics</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>7</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT DE SOIA AMB GALETES S/LÀCTICS</b></p>
<p>10</p> <p>Tallarins amb tomàquet</p> <p>Lluç al forn amb ceba gratinada</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>11</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Pollastre amb salsa de poma</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>SUC AMB MADALENA S/LÀCTICS</b></p>	<p>12</p> <p>Sopa d'estels</p> <p>Bacallà arrebossat s/làctics</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>13</p> <p>Arròs a la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt de soia</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>14</p> <p><i>Lliure disposició</i></p>
<p>17</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb pernil</p> <p>Amanida de tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>18</p> <p>Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Salsitxes a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>19</p> <p>Espirals amb salsa de tomàquet s/formatge</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata</p> <p>Llom amb samfaina</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt de soia</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>21</p> <p>Paella marinera (Brou natural)</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>Enciam, blat de moro i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT DE SOIA AMB GALETES S/LÀCTICS</b></p>
<p>24</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Pizza de pernil s/formatge</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>25</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet casolà</p> <p>Bacallà al forn</p> <p>Enciam i espàrrecs</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt de soia</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>26</p> <p>Sopa d'au amb pasta</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>SUC AMB MADALENA S/LÀCTICS</b></p>	<p>27</p> <p>Espaguetis a la napolitana</p> <p>Pollastre arrebossat s/làctics</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>28</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Amanida / Patates xips</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT DE SOIA AMB GALETES S/LÀCTICS</b></p>





DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>Crema de verdures amb moniato</p> <p>Estofat de porc</p> <p>Amanida mixta</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>4</p> <p>Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons)</p> <p>Lluç amb salseta</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>5</p> <p>Macarrons amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Enciam, tomàquet i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt de soia</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patates</p> <p>Pit de pollastre amb salsa de tomàquet</p> <p>Carbassó arrebossat s/làctics</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>7</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT DE SOIA AMB GALETES S/LÀCTICS</b></p>
<p>10</p> <p>Tallarins amb tomàquet</p> <p>Lluç al forn amb ceba gratinada</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>11</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Pollastre amb salsa de poma</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>SUC AMB MADALENA S/LÀCTICS</b></p>	<p>12</p> <p>Sopa d'estels</p> <p>Bacallà arrebossat s/làctics</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>13</p> <p>Arròs a la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt de soia</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>14</p> <p><i>Lliure disposició</i></p>
<p>17</p> <p>Llenties estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb pernil</p> <p>Amanida de tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>18</p> <p>Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Salsitxes a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>19</p> <p>Espirals amb salsa de tomàquet s/formatge</p> <p>Lluç al forn</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata</p> <p>Llom amb samfaina</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt de soia</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>21</p> <p>Paella marinera (Brou natural)</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>Enciam, blat de moro i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT DE SOIA AMB GALETES S/LÀCTICS</b></p>
<p>24</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Pizza de pernil s/formatge</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>25</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet casolà</p> <p>Bacallà al forn</p> <p>Enciam i espàrrecs</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>logurt de soia</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>26</p> <p>Sopa d'au amb pasta</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>SUC AMB MADALENA S/LÀCTICS</b></p>	<p>27</p> <p>Espaguetis a la napolitana</p> <p>Pollastre arrebossat s/làctics</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA AMB PERNIL</b></p>	<p>28</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Botifarra al forn</p> <p>Amanida / Patates xips</p> <p>Pa blanc o integral</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>IOGURT DE SOIA AMB GALETES S/LÀCTICS</b></p>





DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>Crema de verdures amb moniato</p> <p>Estofat de porc</p> <p>Amanida mixta</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>4</p> <p>Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)</p> <p>Lluç amb salseta</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB PERNIL</b></p>	<p>5</p> <p>Macarrons s/gluten amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Enciam, tomàquet i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>6</p> <p>Mongeta tendra amb patates</p> <p>Pernilet de pollastre al forn</p> <p>Carbassó arrebossat s/gluten</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>7</p> <p>Lenties s/gluten estofades amb verdures</p> <p>Hamburguesa de vedella s/soia</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>COMPOTA I GALETES S/GLUTEN, SOIA, LÀCTICS</b></p>
<p>10</p> <p>Pasta s/gluten amb tomàquet</p> <p>Lluç al forn amb ceba gratinada</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>11</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Pollastre amb salsa de poma</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>SUC I MADALENA S/GLUTEN, LÀCTICS, SOIA</b></p>	<p>12</p> <p>Sopa amb pasta s/gluten</p> <p>Bacallà arrebossat s/gluten</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB PERNIL</b></p>	<p>13</p> <p>Arròs a la napolitana</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>14</p> <p><i>Lliure disposició</i></p>
<p>17</p> <p>Lenties s/gluten estofades amb verdures</p> <p>Truita francesa amb pernil</p> <p>Amanida de tomàquet</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>18</p> <p>Crema de carbassa i pastanaga</p> <p>Salsitxes s/soia a la planxa</p> <p>Patates fregides</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>19</p> <p>Espirals s/gluten amb salsa de tomàquet s/formatge</p> <p>Truita francesa</p> <p>Enciam i pastanaga</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Postre especial fruita</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB PERNIL</b></p>	<p>20</p> <p>Bròquil amb patata</p> <p>Llom s/soia amb samfaina</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>21</p> <p>Paella marinera (Brou natural)</p> <p>Pit de pollastre a la planxa</p> <p>Enciam, blat de moro i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>COMPOTA I GALETES S/GLUTEN, SOIA, LÀCTICS</b></p>
<p>24</p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Pizza s/gluten ni soia de pernil</p> <p>Enciam i olives</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB GALL D'INDI</b></p>	<p>25</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet casolà</p> <p>Bacallà al forn</p> <p>Enciam i espàrrecs</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>FRUITA</b></p>	<p>26</p> <p>Sopa d'au amb pasta s/gluten</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>Enciam i blat de moro</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>SUC I MADALENA S/GLUTEN, LÀCTICS, SOIA</b></p>	<p>27</p> <p>Espaguetis s/gluten a la napolitana</p> <p>Pollastre arrebossat s/gluten s/làctics</p> <p>Enciam i tomàquet</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>PA S/GLUTEN AMB PERNIL</b></p>	<p>28</p> <p>Cigrons estofats amb verdures</p> <p>Botifarra s/soia al forn</p> <p>Amanida / Patates xips</p> <p>Pa s/gluten</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><b>COMPOTA I GALETES S/GLUTEN, SOIA, LÀCTICS</b></p>

