



El dinar s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i oli d'oliva verge extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: Mandarina, Pera, Poma, Plàtan, Taronja.

EL 10% de les hortalisses fresques utilitzades es de producció ecològica. De temporada: bledes, bròquil, carabassa, coliflor, espinacs, pastanaga.

El iogurt que s'ofereix és natural, de benestar animal. Amb sucre o sense, a demanda del centre educatiu. El iogurt amb sucre conté < 12,3g de sucre/ 100g.

3	4	5	6	7
<b>No lectiu</b>	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	PASTA especial sense ou A LA CARBONARA (6,7)	CREMA DE PASTANAGA	CIURONS AMB CUSCÚS I VERDURES (1)
	SALSITXES DE PORC A LA PLANXA (12)	ABADEJO AL FORN AMB PICADA (4)	FILET D'INDIOT AMB SALSINA DE VERDURES	POLLASTRE A LA PLANXA
	PATATES ROSTIDES	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	ARRÒS BULLIT	ENSALADA AMB OLIVES
	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
	Suggeriment de sopar: Espiral de llegum amb espinacs i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i mongetes / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i croquetes d'espinacs amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
10	11	12	13	14
CREMA DE CARABASSA	BULLIDURA DE PATATA AMB MONGETA I PASTANAGÓ	CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	ARRÒS MELÓS DE PEIX (2,4,14)	PASTA especial sense ou A LA PIZZAIOLA
AGUIAT DE PILOTES DE POLLASTRE I VEDELLA (1,6,12)	FOGONERO AL FORN AMB VELOUTÉ (4)	POLLASTRE ROSTIT A LA LLIMONA	LLOM A LA PLANXA	GALLINETA AL FORN A LA LLIMONA (4)
PATATA I VERDURES (all, llorer, ceba, pastanaga i pèsols)	ENSALADA AMB SÈSAM (11)	CEBA I PATATES	ENSALADA AMB CROSTONS (1,6,11)	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ensalada i salmó a la planxa amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Purè de verdures i indiots a la planxa amb coliflor / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Llenties cuinades amb verdures i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche casolà variat / Fruita
17	18	19	20	21
CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	ARRÒS SEC DE VERDURES (mongetes, pebres, coliflor)	PURÉ DE BRÒQUIL	PASTA especial sense ou SALTATS AMB ALL I BACÓ (6,7)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES
HAMBURGUESA DE POLLASTRE I VEDELLA (1,6,12)	POLLASTRE A LA PLANXA	ESCALDUMS DE POLLASTRE	SALMÓ AL FORN (4)	INDIOT PANAT (1,6,12)
PATATES ROSTIDES AMB ALL	ENSALADA AMB OLIVES	VERDURES (farina de blat, ceba, tomàtiga, aromàtics) I PATATA	ENSALADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç amb cuscús saltat / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, mongeta tendre, pastanaga i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i sípia amb patata bullida / Fruita	Suggeriment de sopar: Llom amb pisto de verdures i pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Coca de verdures i formatge de cabra / Fruita
24	25	26	27	28
PASTA especial sense ou AMB SALSINA 4 FORMATGES (7)	CREMA DE DE VERDURES I MONGETES VERMELLES	ARRÒS integral 3 DECIUS CASOLÀ (pastanaga, mongeta tendra, pèsols pernil, salsa de ceba) (6,7)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1)	BULLIT DE PATATA, MONGETA TENDRE, PASTANAGÓ I TONYINA (4)
ABADEJO AL FORN AMB SALSINA DE VERDURES (4)	POLLASTRE A LA PLANXA	GALLINETA AMB SALSINA DE TOMÀTIGA (4)	PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA	LLOM A LA PLANXA
ENSALADA AMB SÈSAM (11)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB OLIVES	BRÒQUIL BULLIT	PATATES AL FORN AMB ALLS	ENSALADA AMB OLIVES
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)
Suggeriment de sopar: Llenties amb ratatouille de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de brou de peix amb verdures i peix / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada llom a la planxa amb pa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i llom de tonyina amb arròs / Fruita	Suggeriment de sopar: Tortilles mexicanes amb pollastre i verdures / Fruita
31	CREMA DE COLIFLOR  ESTOFAT DE MAGRE DE PORC  PATATA I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, pastanaga, pèsols) FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ciurons trempats amb patata i ensalada / Fruita			
<b>Llegenda d'al·lèrgens presents:</b> 1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos				