

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
Espaguetis amb crema de llet i xampinyons	Bròquil amb patata al vapor	Arròs amb salsa de tomàquet, pastanaga i ceba	Crema de verdures amb rostes	Patates estofades
Llenguadina al forn amb picada	Mandonguilles mixtes a la jardinera	Truita de tonyina	Cigrons Eco amb espinacs	Pollastre amb curry
Amanida	-	Amanida	-	Amanida
Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
9	10	11	12	13
Arròs amb verduretes	Crema de porros amb poma	Patata, mongeta tendra i pastanaga	Llentíes Eco estofades amb hortalisses	Sopa minestrone amb quinoa i verdures
Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics	Fideuà amb calamar i gambetes	Pollastre amb salsa de taronja	Truita de patates	Wok oriental de porc amb verdures
Amanida	-	Amanida	Amanida	-
Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
16	17	18	19	20
-	Crema de carbassa i pastanaga	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Patata, mongeta tendra i pastanaga	Mongetes seques Eco estofades amb verdures
FESTIU	Macarrons amb bolonyesa	Abadejo amb suquet	Pit de pollastre arrebossat	Truita d'espinacs
-	Formatge ratllat	Amanida	Amanida	Amanida
-	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
23	24	25	26	27
Minestra de verdures saltejades amb oli d'all	Llentíes Eco amb arròs integral	Espirals amb salsa de pastanaga	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)	Crema de pastanaga amb poma
Pollastre rostit a la cassola amb patates	Truita de carbassó	Lluç a la romana	Llom amb salsa de poma	Cigrons Eco a la catalana (espinacs i ou)
-	Amanida	Amanida	-	-
Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada



Menú sense
carn

RECOMANACIONS PEL SOPAR:
Si de primer plat ha dinat pasta, arròs o llegum, recomanem sopar verdura, crema de verdura o amanida i al inrevés. Si de segon plat ha dinat llegum, proteïna vegetal o ou, proposem sopar carn o peix i al inrevés. De postres, aconsellem donar fruita fresca cada dia i reservar 1-2 dies pels lactics.

DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Espaguetis amb crema de llet i xampinyons Llenguadina al forn amb picada Amanida Pa i Fruita de temporada	Broquil amb patata al vapor Mandonguilles peix (lluç i sípia) a la jardinera - Pa integral i Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pastanaga i ceba Truita de tonyina Amanida Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Crema de verdures amb rostes Cigrons Eco amb espinacs - Pa integral i Fruita de temporada	patates estofades Ou dur amb tomàquet Amanida Pa i Fruita de temporada
9	10	11	12	13
Arròs amb verduretes Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics Amanida Pa i Fruita de temporada	Crema de porros amb poma Fideuà amb calamar i gambetes - Pa integral i Fruita de temporada	Patata, mongeta tendra i pastanaga Lluç amb salsa de taronja Amanida Pa i Fruita de temporada	Llenties Eco estofades amb hortalisses Truita de patates Amanida Pa integral i Fruita de temporada	Sopa minestrone amb quinoa i verdures Wok oriental de soja amb verdures - Pa i Fruita de temporada
16	17	18	19	20
- FESTIU - -	Crema de carbassa i pastanaga Macarrons amb sofregit vegetal Formatge ratllat Pa integral i Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet Abadejo amb suquet Amanida Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Patata, mongeta tendra i pastanaga truita a la francesa Amanida Pa integral i Fruita de temporada	Mongetes seques Eco estofades amb verdures Truita d'espinacs Amanida Pa i Fruita de temporada
23	24	25	26	27
Minestra de verdures saltejades amb oli d'all Hamburguesa vegetal amb patates - Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Llenties Eco amb arròs integral Truita de carbassó Amanida Pa integral i Fruita de temporada	Espirals amb salsa de pastanaga Lluç a la romana Amanida Pa i Fruita de temporada	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Abadejo al forn Salsa poma Pa integral i Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb poma Cigrons Eco a la catalana (espinacs i ou) - Pa i Fruita de temporada



Aliment
integral



Productes acreditats
amb la certificació
ecològica del CCPAE.



Jornades
gastronòmiques



Cuina Climàtica,
sostenible i respectuosa
amb el medi ambient



Cuina Catalana, amb
receptes del 'Corpus del
patrimoni culinari català'

VISITA

el gust
de créixer

Menú sense
porc

RECOMANACIONS PEL SOPAR:
Si de primer plat ha dinat pasta, arròs o llegum, recomanem sopar verdura, crema de verdura o amanida i al inrevés. Si de segon plat ha dinat llegum, proteïna vegetal o ou, proposem sopar carn o peix i al inrevés. De postres, aconsellem donar fruita fresca cada dia i reservar 1-2 dies pels làctics.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
Espaguetis amb crema de llet i xampinyons Llenguadina al forn amb picada Amanida Pa i Fruita de temporada	Broquil amb patata al vapor Mandonguilles peix (lluç i sípia) a la jardineria - Pa integral i Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet, pastanaga i ceba Truita de tonyina Amanida Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Crema de verdures amb rostes Cigrons Eco amb espinacs - Pa integral i Fruita de temporada	Patates estofades Pollastre amb curry Amanida Pa i Fruita de temporada
9	10	11	12	13
Arròs amb verduretes Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics Amanida Pa i Fruita de temporada	Crema de porros amb poma Fideuà amb calamar i gambetes - Pa integral i Fruita de temporada	Patata, mongeta tendra i pastanaga Pollastre amb salsa de taronja Amanida Pa i Fruita de temporada	Llenties Eco estofades amb hortalisses Truita de patates Amanida Pa integral i Fruita de temporada	Sopa minestrone amb quinoa i verdures Wok oriental de soja amb verdures - Pa i Fruita de temporada
16	17	18	19	20
- FESTIU - -	Crema de carbassa i pastanaga Macarrons amb bolonyesa Formatge ratllat Pa integral i Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa de tomàquet casolana Abadejo amb suquet Amanida Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Patata, mongeta tendra i pastanaga Pit de pollastre arrebossat Amanida Pa integral i Fruita de temporada	Mongetes seques Eco estofades amb verdures Truita d'espinacs Amanida Pa i Fruita de temporada
23	24	25	26	27
Minestra de verdures saltejades amb oli d'all Pollastre rostit a la cassola amb patates - Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Llenties Eco amb arròs integral Truita de carbassó Amanida Pa integral i Fruita de temporada	Espirals amb salsa de pastanaga Lluç a la romana Amanida Pa i Fruita de temporada	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Lluç amb salsa de poma - Pa integral i Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb poma Cigrons Eco a la catalana (espinacs i ou) - Pa i Fruita de temporada

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
Espaguetis s/gluten amb crema de llet i xampinyons	Broquil amb patata al vapor	Arròs amb salsa de tomàquet, pastanaga i ceba	Crema de verdures amb rostes s/gluten	Patates estofades
Llenguadina al forn amb picada	Mandonguilles mixtes a la jardineria	Truita de tonyina	Cigrons Eco amb espinacs	Pollastre amb curry
Amanida	-	Amanida	-	Amanida
Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada
9	10	11	12	13
Arròs amb verduretes	Crema de porros amb poma	Patata, mongeta tendra i pastanaga	Llenties Eco estofades amb hortalisses	Sopa minestrone amb quinoa i verdures
Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics	Fideuà amb calamar i gambetes s/gluten	Pollastre amb salsa de taronja	Truita de patates	Wok oriental de porc amb verdures (s/soja)
Amanida	-	Amanida	Amanida	-
Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada
16	17	18	19	20
-	Crema de carbassa i pastanaga	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Patata, mongeta tendra i pastanaga	Mongetes seques Eco estofades amb verdures
FESTIU	Macarrons s/gluten amb bolonyesa	Abadejo amb suquet	Pit de pollastre a la planxa	Truita d'espinacs
-	Formatge ratllat	Amanida	Amanida	Amanida
-	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada
23	24	25	26	27
Minestra de verdures saltejades amb oli d'all	Llenties Eco amb arròs integral	Espirals s/gluten amb salsa de pastanaga	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)	Crema de pastanaga amb poma
Pollastre rostit a la cassola amb patates	Truita de carbassó	Lluç a la romana s/gluten	Llom amb salsa de poma	Cigrons Eco a la catalana (espinacs i ou)
-	Amanida	Amanida	-	-
Pa s/gluten i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada	Pa s/gluten i Fruita de temporada



Menú sense lactosa

RECOMANACIONS PEL SOPAR:
Si de primer plat ha dinat pasta, arròs o llegum, recomanem sopar verdura, crema de verdura o amanida i al inrevés. Si de segon plat ha dinat llegum, proteïna vegetal o ou, proposem sopar carn o peix i al inrevés. De postres, aconsellem donar fruita fresca cada dia i reservar 1-2 dies pels làctics.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 Espaguetis amb sofregit i xampinyons Llenguadina al forn amb picada Amanida Pa i Fruita de temporada	3 Broquil amb patata al vapor Mandonguilles mixtes a la jardineria - Pa integral i Fruita de temporada	4 Arròs amb salsa de tomàquet, pastanaga i ceba Truita de tonyina Amanida Pa i iogurt natural s/lactosa sense sucre o fruita	5 Crema de verdures amb rostes Cigrons Eco amb espinacs - Pa integral i Fruita de temporada	6 Patates estofades Pollastre amb curry Amanida Pa i Fruita de temporada
9 Arròs amb verduretes Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics Amanida Pa i Fruita de temporada	10 Crema de porros amb poma Fideuà amb calamar i gambetes - Pa integral i Fruita de temporada	11 Patata, mongeta tendra i pastanaga Pollastre amb salsa de taronja Amanida Pa i Fruita de temporada	12 Llentíes Eco estofades amb hortalisses Truita de patates Amanida Pa integral i Fruita de temporada	13 Sopa minestrone amb quinoa i verdures Wok oriental de porc amb verdures - Pa i Fruita de temporada
16 - FESTIU - -	17 Crema de carbassa i pastanaga Macarrons amb bolonyesa Formatge ratllat Pa integral i Fruita de temporada	18 Arròs integral amb salsa de tomàquet Abadejo amb suquet Amanida Pa i iogurt natural s/lactosa sense sucre o fruita	19 Patata, mongeta tendra i pastanaga Pit de pollastre arrebossat Amanida Pa integral i Fruita de temporada	20 Mongetes seques Eco estofades amb verdures Truita d'espinacs Amanida Pa i Fruita de temporada
23 Minestra de verdures saltejades amb oli d'alls Pollastre rostit a la cassola amb patates - Pa i iogurt natural s/lactosa sense sucre o fruita	24 Llentíes Eco amb arròs integral Truita de carbassó Amanida Pa integral i Fruita de temporada	25 Espirals amb salsa de pastanaga Lluç a la romana Amanida Pa i Fruita de temporada	26 Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons) Llom amb salsa de poma - Pa integral i Fruita de temporada	27 Crema de pastanaga amb poma s/S lactosa Cigrons Eco a la catalana (espinacs i ou) - Pa i Fruita de temporada



Aliment
integral



Jornades
gastronòmiques.



Cuina Climàtica,
sostenible i respectuosa
amb el medi ambient



CUINA CATALANA

Cuina Catalana, amb
receptes del 'Corpus del
patrimoni culinari català'

VISITA

el gust
de créixer

Menú sense ou

RECOMANACIONS PEL SOPAR:
Si de primer plat ha dinat pasta, arròs o llegum, recomanem sopar verdura, crema de verdura o amanida i al inrevés. Si de segon plat ha dinat llegum, proteïna vegetal o ou, proposem sopar carn o peix i al inrevés. De postres, aconsellem donar fruita fresca cada dia i reservar 1-2 dies pels làctics.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
Espaguetis s/ou amb crema de llet i xampinyons	Broquil amb patata al vapor	Arròs amb salsa de tomàquet, pastanaga i ceba	Crema de verdures amb rostes	Patates estofades
Abadejo planxa	Hamburguesa a la planxa s/ou	Lluç al forn	Cigrons Eco amb espinacs	Pollastre amb curry
Amanida	-	Amanida	-	Amanida
Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
9	10	11	12	13
Arròs amb verduretes	Crema de porros amb poma	Patata, mongeta tendra i pastanaga	Llenties Eco estofades amb hortalisses	Sopa minestrone amb quinoa i verdures
Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics	Fideuà amb calamar i gambetes amb pasta s/ou	Pollastre amb salsa de taronja	Llom de porc a la planxa	Lluç a la planxa
Amanida	-	Amanida	Amanida	-
Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
16	17	18	19	20
-	Crema de carbassa i pastanaga	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Patata, mongeta tendra i pastanaga	Mongetes seques Eco estofades amb verdures
FESTIU	Gallineta al vapor	Abadejo amb suquet	Pit de pollastre arrebossat s/ou	Lluç a la planxa
-	Formatge ratllat	Amanida	Amanida	Amanida
-	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
23	24	25	26	27
Minestra de verdures saltejades amb oli d'all	Llenties Eco amb arròs integral	Espirals s/ou amb salsa de pastanaga	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)	Crema de pastanaga amb poma
Pollastre rostit a la cassola amb patates	Abadejo al forn	Calamars a l'andalusa	Cigrons ECO amb espinacs	Cigrons Eco a la catalana (espinacs s/ou)
-	Amanida	Amanida	-	-
Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada



Menú LLAR

RECOMANACIONS PEL SOPAR:
Si de primer plat ha dinat pasta, arròs o llegum, recomanem sopar verdura, crema de verdura o amanida i al inrevés. Si de segon plat ha dinat llegum, proteïna vegetal o ou, proposem sopar carn o peix i al inrevés. De postres, aconsellem donar fruita fresca cada dia i reservar 1-2 dies pels làctics.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2	3	4	5	6
Espaguetis amb crema de llet i xampinyons	Bròquil amb patata al vapor	Arròs amb salsa de tomàquet, pastanaga i ceba	Crema de verdures amb rostes	Patates estofades
Filet de gallineta al forn	Mandonguilles mixtes a la jardinera	Truita de tonyina	Cigrons Eco amb espinacs	Pernilets de pollastre al forn
Amanida	-	Amanida	-	Amanida
Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
9	10	11	12	13
Arròs amb verduretes	Crema de porros amb poma	Patata, mongeta tendra i pastanaga	Llentíes Eco estofades amb hortalisses	Sopa minestrone amb quinoa i verdures
Filet de lluç al forn amb vinagreta de cítrics	Fideuà amb calamar i gambetes	Pollastre amb salsa de taronja	Truita de patates	Wok oriental de porc amb verdures
Amanida	-	Amanida	Amanida	-
Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
16	17	18	19	20
-	Crema de carbassa i pastanaga	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Patata, mongeta tendra i pastanaga	Mongetes seques Eco estofades amb verdures
FESTIU	Macarrons amb bolonyesa	Abadejo amb suquet	Pit de pollastre a la planxa	Truita d'espinacs
-	Formatge ratllat	Amanida	Amanida	Amanida
-	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada
23	24	25	26	27
Minestra de verdures saltejades amb oli d'all	Llentíes Eco amb arròs integral	Espirals amb salsa de pastanaga	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)	Crema de pastanaga amb poma
Pollastre rostit a la cassola amb patates	Truita de carbassó	Lluç a la romana	Llom amb salsa de poma	Cigrons Eco a la catalana (espinacs i ou)
-	Amanida	Amanida	-	-
Pa i iogurt natural sense sucre o fruita	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada	Pa integral i Fruita de temporada	Pa i Fruita de temporada