

Del 10 al 14/1. Del 7 a l'11/2. Del 7 a l'11/3. Del 4 al 8/4.



PRIMERA SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Crema de carbassa amb rostes	Arròs integral amb tomàquet	Patata i bròquil	Macarrons amb tomàquet i formatge	Llenties amb verdures
Croquetes de bacallà amb patates al forn	Indiot al forn amb verdures	Pit de pollastre arrebossat al forn amb tomàquet i olives	Llom de lluç al forn amb pastanaga i ceba	Truita de carbassó, patata i ceba, barreja d'enciams
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt
Sopa amb cereal*	Verdura amb patata o moniato	Crema de verdures	Cereal*	Pa amb pernil
Ou	Peix blau	Hummus amb cereal*	Carn blanca amb verdures	Amanida
Làctic	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

Del 17 al 21/1. Del 14 al 18/2. Del 14 al 17/2.



SEGONA SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Crema de carbassó amb rostes	Mongetes seques amb oli d'oliva	Sopa d'au i verdures amb pasta	Patata i blada	Hummus amb pastanaga i bastonets de pa
Pilotilles amb pèsols i sípia	Truita de patata i ceba amb tomàquet xerri	Pollastre al forn amb xampinyons i pastanaga ratllada	Salmó al forn, barreja d'enciams i pebrot vermell	Fideuà o pasta amb gambetes i sípia
Fruita del temps	logurt	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
Crema de llegums	Crema de verdura	Llegum	Sopa amb cereal*	Crep de verdura amb formatge
Pa amb formatge	Peix blau amb moniato	Peix blau amb hortalitsses	Ou amb verdures	Fruits secs
Fruits secs	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruits secs

Del 24 al 28/1. Del 21 al 25/2. Del 21 al 25/3.



TERCERA SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Sopa vegetal amb pasta	Llenties estofades	Trinxat de col i patata	Espirals amb salsa 4 formatges	Crema de verdures
Vedella estofada a la jardineria	Pit de pollastre al forn amb salsa de ceba i porro, barreja d'enciams	Bacallà al forn amb tomàquet	Truita d'espàrrecs, tomàquet i remolatxa	Paella de peix
Fruita del temps	Mató	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
Crema de verdures	Verdura	Sopa de cereal*	Crema de llegum	Truita de patates amb hortalisses
Pa amb hummus	Peix blanc amb cereal*	Carn blanca amb hortalisses	Peix blau	Fruita del temps
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt	Fruita del temps

Del 31/1 al 4/2. De l'1 al 4/3. Del 28/3 a l'1/4.



QUARTA SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs integral amb tomàquet	Coliflor amb patata	Escudella amb pasta	Crema de verdures	Mongetes seques
Llom de lluç al forn amb enciam i pastanaga	Pollastre al forn amb xampinyons i barreja d'enciams	Llibrets de llom al forn, barreja d'enciams i margallons	Coca de tonyina, formatge, tomàquet i orenga al forn	Truita de bacallà i tomàquet amanit
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt
Verdura amb patata o moniato	Crema de verdura	Llegums	Sopa de cereal*	Pizza de verdures amb gambes
Ou	Hummus amb *cereal	Peix blau amb verdures	Carn blanca amb hortalisses	Fruita del temps
Fruits secs	Fruita del temps	Làctic	Fruita del temps	Fruita del temps

En els àpats s'inclou pa i aigua. Tots els dimarts i dijous hi haurà pa integral.

Fruita del temps: poma, pera, plàtan, kiwi i taronja. En els menús diaris pot haver-hi variacions segons mercat.

\*Menús revisats per la dietista Meritxell Bansell Roca.

\*Nº de col·legiada:CAT665.