

DEL 5 AL 9/9.

 PRIMERA  
SETMANA


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pasta de colors amb tomàquet i formatge	Crema de pastanaga amb rostes	Llenties amb verdures	Arròs integral amb tomàquet	Patata i mongeta tendra
Lluç al forn amb hummus i bastonets de pa o de pastanaga	Pinxo de pollastre al forn amb patates xips	Ous farcits amb tonyina, barreja d'enciams i margallons	Hamburguesa de vedella a la planxa amb barreja d'enciams i	Librets de llom al forn amb tomàquet i cogombre
Fruita del temps	Fruita del temps	logurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps
Verdura amb llegum	Sopa amb cereal*	Crema de verdures	Amanida amb llegums	Pizza de verdures
Ou	Peix blanc amb amanida	Carn blanca amb amanida	Peix blanc	Hummus
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt	Fruita del temps

DEL 12 AL 16/9.

 SEGONA  
SETMANA


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs a la cassola amb verdures	Patata i pèsol	Macarrons amb sofregit de ceba, tomàquet i formatge ratllat	Crema de verdures	Empedrat de mongeta seca, tomàquet i olives
Raves de calamar al forn amb enciam i tomàquet xerri	Pit de pollastre arrebossat al forn amb barreja d'enciams i pipes	Bacallà al forn amb enciam i pastanaga ratllada	Coca de recapte amb tomàquet, tonyina, formatge i orènga	Truita d'espàrrecs i formatge amb tomàquet amanit
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt natural
Amanida amb cereal*	Sopa de epix amb cereal*	Amanida de patata	Llegums amb verdura	Amanida amb formatge i fruits secs
Pa amb formatge	Peix amb verdures	Carn blanca	Peix blau	Truita de patates
Fruita del temps	logurt	Fruits secs	logurt	Fruita del temps

DEL 19 AL 23/9.

 TERCERA  
SETMANA


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Amanida d'espèrals amb palets de cranc, pinya i blat de moro	Rissoto de xampinyons, ceps i pamesà	Vichyssoise	Patata i bròquil	Amanida freda de patata, xerri, ou dur i olives
Truita de carbassó patata i ceba amb tomàquet xerri	Gall d'indi estofat amb verdures	Llenties amb arròs i sofregit de tomàquet i ceba	Pinxo de pollastre al forn amb enciam i poma	Bacallà al forn amb tomàquet i pinyons
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt natural	Fruita del temps
Llegums amb verdura	Crema de verdures	Amanida de cereal*	Cereal+* amb amanida	Crep amb vegetals
Peix	Ou amb patata	Peix	i llegum	i hummus
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt	Fruita del temps

DEL 26 AL 30/9.

 QUARTA  
SETMANA


DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs integral amb tomaquet	Crema de carbassó	Hummus amb hortalisses	Patata i espinacs	Cigrons amb oli d'oliva
Salmó al forn amb enciam i olives	Pollastre al forn amb xampinyons	Tallarines amb tomàquet i formatge ratllat	Coca de recapte amb gall d'indi, formatge i orènga	Truita de patata i ceba amb pastanaga ratllada i enciam
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt/Gelat
Amanida amb fruita	Verdura amb llegums	Verdura amb patata	Crema de verdures	Hummus amb hortalisses
Ou	Peix	Carn blanca amb pa	Peix amb cereals*	Pa
Fruits secs	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps

En els àpats s'inclou pa i aigua. Tots els dimarts i dijous hi haurà pa integral.  
En els menús podrà haver variacions segons mercat.

\*Menús revisats per la dietista Meritxell Bansell Roca.

\*Nº de col·legiada: CAT665.