

Del 2 al 6/10  
Del 30/10 al 3/11.  
Del 27 a l'1/11.



PRIMERA  
SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Espirals amb tomàquet i formatge ratllat	Llenties estofades amb verdures	Sopa vegetal amb pasta	Patata mongeta i pastanaga	Risoto de bolets
Salmó al forn amb barreja d'enciams i pebrot vermell	Truita de patata i ceba amb enciam i tomàquet	Estofat de vedella a la jardinera	Cuixa de pollastre al forn amb xampinyons i ceba amb xerris	Gall de st pere al forn amb blat de moro i pastanaga
Fruita del temps	logurt natural	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
Verdura amb patata	Moniato	Amanida amb fruits de tardor	Sopa amb cereal*	Crep de pollastre o gall d'indi
Carn blanca	Peix blau amb verdures	Truita de patates	Peix amb verdures	amb hortalisses crues, formatge fresc i panses
Fruits secs	Fruita del temps	logurt	Fruita del temps	Fruita del temps

Del 9 a l'11/10.  
Del 6 al 10/11. Del 4 al 5/12.



SEGONA  
SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Crema de verdures amb pèsols	Arròs integral amb tomàquet	Mongetes seques amb oli d'oliva	Patata i bròquil	Hummus amb pastanaga i bastonets de pa
Pasta integral amb salsa de bolets	Bacallà amb tomàquet i barreja d'enciams	Truita de formatge amb tomàquet i enciam	Pit de pollastre arrebossat amb pastanaga i enciam	Fideuà amb gambetes i sípia
Fruita del temps	Fruita del temps	logurt	Fruita del temps	Fruita del temps
Moniato	Crema de verdres	Sopa amb cereal*	Amanida amb llegums	Pizza amb verdures
Carn blanca amb amanida	Hummus amb torradetes	Peix amb amanida	Ou	Peix blau
Fruits secs	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt	Fruita del temps

Del 16 al 20/10. Del 13 al 17/11. De l'11 al 15/12.



TERCERA  
SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Arròs a la cassola	Sopa vegetal amb pasta	Llenties estofades amb verdura	Crema de verdures	Patata i pèsol
Calamars a la romana amb tomàquet i enciam	Pollastre rostí amb patates al forn i pebrot vermell amanit	Truita de patata i ceba amb tomàquet i cogombre	Macarrons amb tonyina	Estofat d'indi al forn amb verdures
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
Crema de verdures	Verdura amb patata	Sopa de cereal*	Verdura amb llegums	Crep de verdures
Ou amb moniato	Peix blanc	Carn blanca amb verdures	Pa amb formatge	i hummus
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt amb fruits secs

Del 23 al 27/10. Del 20 al 24/11. Del 18 al 20/12.



QUARTA  
SETMANA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Purè de carbassa	Cigrons amb tomàquet	Patata i espinacs	Mongetes seques amb oli d'oliva	Arròs integral amb tomàquet
Coca de recapte amb encenalls de pernil salat, formatge i orenga	Filet de lluç al forn amb barreja d'enciams i olives	Mandunguilles de pollastre amb sanfaina	Truita de carbassó amb ceba i tomàquet xerri	Bacallà fregit amb enciam i pastanaga ratllada
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Pastís de formatge artesà	Fruita del temps
Amanida amb fruits de tardor	Verdura amb patata	Sopa de cereal*	Amanida de cereal*	Crema de verdures
Ou amb moniato	Carn blanca	Hummus amb verdures	Carn blanca	Ou amb pa amb tomàquet
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruits secs	logurt	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.