

HALAL



<p><b>Dilluns 9</b></p> <p>Arròs a la napolitana amb sofregit de tomàquet i orenga</p> <p>Trita de patata i ceba amb niu d'enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 10</b></p> <p>Vichyssoise</p> <p><b>Pernilets halal al forn a les herbes provençals</b> amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 11</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dijous 12</b></p> <p>Amanida de lleties amb vegetals, olives, blat de moro i formatge</p> <p><b>Pollastre halal encebata</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 13</b></p> <p>Macarrons al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 16</b></p> <p>Coliflor amb patata</p> <p><b>Croquetes d'espínacs</b> amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 17</b></p> <p>Empedrat de cigrons amb vegetals, olives, blat de moro i formatge</p> <p>Trita de xampinyons amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 18</b></p> <p>Crema de carbassó</p> <p><b>Mandonguilles de vedella halal amb salseta i patates</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 19</b></p> <p><b>Espaguetis saltejats amb verdures SENSE salsa de soja</b></p> <p><b>Pollastre halal a l'ast</b> amb niu d'enciams</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Divendres 20</b></p> <p>Arròs amb salsa de verdures</p> <p>Fogoner al forn amb tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 23</b></p> <p>Lleties amb sofregit de verdures</p> <p>Trita de carbassó amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 24</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dimecres 25</b></p> <p>Espirals amb salsa de tomàquet</p> <p><b>Pollastre halal amb salsa de ceba</b> amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 26</b></p> <p>Arròs marcianet amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Lluç a la llimona amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 27. Dia de proteïna vegetal</b></p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 30</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de xampinyons</p> <p>Trita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 1</b></p> <p><b>Arròs a les fines herbes</b></p> <p><b>Hamburguesa d'au halal</b> amb niu d'enciams</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Dimecres 2</b></p> <p>Mongetes blanques estofats amb verdures</p> <p>Filet de lluç fregidet amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 3</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p><b>Estofat de vedella halal amb patata</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 4</b></p> <p>Tricolor de verdura mongeta verda, pastanaga i patata</p> <p><b>Pollastre halal amb salsa de verdures de temporada</b></p> <p>Fruita de temporada</p>



VEGETARIÀ (NOMÉS CEREALS, LLEGUM I VERDURA)



<p><b>Dilluns 9</b></p> <p>Arròs a la napolitana amb sofregit de tomàquet i orenga</p> <p><b>Falàfel</b> amb niu d'enciam Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 10</b></p> <p>Vichyssoise</p> <p><b>Llegum saltejat</b> amb enciam i blat de moro Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 11</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dijous 12</b></p> <p><b>Verdura amb patata</b></p> <p>Amanida de lleties <b>amb vegetals, olives, blat de moro</b> Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 13</b></p> <p><b>Macarrons</b> amb alfàbrega <b>Hamburguesa de cigrons</b> amb enciam i pastanaga Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 16</b></p> <p>Coliflor amb patata</p> <p><b>Falàfel</b> amb niu d'enciams Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 17</b></p> <p><b>Verdura amb patata</b></p> <p>Empedrat de cigrons <b>amb vegetals, olives, blat de moro</b> Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 18</b></p> <p>Crema de carbassó</p> <p><b>Mandonguilles vegetals amb salseta i patates</b> Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 19</b></p> <p>Espaguetis saltejats amb verdures i salsa de soja</p> <p><b>Hamburguesa de cigrons</b> amb niu d'enciams <b>logurt de soja</b></p>	<p><b>Divendres 20</b></p> <p>Arròs amb salsa de verdures</p> <p><b>Seitan amb tomàquet</b> Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 23</b></p> <p><b>Verdura amb patata</b></p> <p>Llenties amb sofregit de verdures Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 24</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dimecres 25</b></p> <p>Espirals amb salsa de tomàquet</p> <p><b>Tofu amb salsa de ceba</b> amb enciam i pastanaga Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 26</b></p> <p><b>Arròs</b> amb alfàbrega <b>Llegum saltejat</b> amb niu d'enciams Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 27. Dia de proteïna vegetal</b></p> <p>Crema de pastanaga</p> <p><b>Hamburguesa de cigrons</b> amb enciam i blat de moro Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 30</b></p> <p><b>Espaguetis amb xampinyons</b></p> <p><b>Falàfel</b> amb enciam i pastanaga Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 1</b></p> <p><b>Arròs a les fines herbes</b></p> <p><b>Hamburguesa de cigrons</b> amb niu d'enciams <b>logurt de soja</b></p>	<p><b>Dimecres 2</b></p> <p><b>Verdura amb patata</b></p> <p>Mongetes blanques estofats amb verdures Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 3</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p><b>Estofat de llegum amb patata</b> Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 4</b></p> <p>Tricolor de verdura mongeta verda, pastanaga i patata <b>Seitan amb salsa de verdures de temporada</b> Fruita de temporada</p>



RECOMANACIONS SOPAR:

SETEMBRE



VALORS  
somvalors.com  
Telf. 934 274 734



<b>Dilluns 9</b>	<b>Dimarts 10</b>	<b>Dimecres 11</b>	<b>Dijous 12</b>	<b>Divendres 13</b>
Verdura	Pasta (sopa)		Verdura	Verdura
Peix blau	Proteïna vegetal	<b>FESTIU</b>	Ou	Carn blanca
Fruita	Fruita		Postre làctic	Fruita
<b>Dilluns 16</b>	<b>Dimarts 17</b>	<b>Dimecres 18</b>	<b>Dijous 19</b>	<b>Divendres 20</b>
Pasta (sopa)	Verdura	Amanida	Verdura	Verdura
Peix blau	Carn blanca	Peix blanc	Proteïna vegetal	Ou
Fruita	Postre làctic	Fruita	Fruita	Postre làctic
<b>Dilluns 23</b>	<b>Dimarts 24</b>	<b>Dimecres 25</b>	<b>Dijous 26</b>	<b>Divendres 27</b>
Verdura		Verdura	Verdura	Pasta (sopa)
Peix blau	<b>FESTIU</b>	Proteïna vegetal	Ou	Carn blanca
Fruita		Fruita	Postre làctic	Fruita
<b>Dilluns 30</b>	<b>Dimarts 1</b>	<b>Dimecres 2</b>	<b>Dijous 3</b>	<b>Divendres 4</b>
Verdura	Verdura	Verdura	Amanida	Pasta (sopa)
Peix blau	Ou	Carn blanca	Proteïna vegetal	Peix blanc
Fruita	Fruita	Postre làctic	Fruita	Postre làctic



@somvalors  
www.somvalors.com

OVOVEGETARIÀ



<p><b>Dilluns 9</b></p> <p>Arròs a la napolitana amb sofregit de tomàquet i orenga</p> <p>Trita de patata i ceba amb niu d'enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 10</b></p> <p>Vichyssoise</p> <p><b>Llegum saltejat</b> amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 11</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dijous 12</b></p> <p><b>Verdura amb patata</b></p> <p>Amanida de lleties <b>amb vegetals, olives, blat de moro</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 13</b></p> <p><b>Macarrons amb alfàbrega</b></p> <p><b>Hamburguesa de cigrons</b> amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 16</b></p> <p>Coliflor amb patata</p> <p><b>Falàfel</b> amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 17</b></p> <p>Empedrat de cigrons <b>amb vegetals, olives, blat de moro</b></p> <p>Trita de xampinyons amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 18</b></p> <p>Crema de carbassó</p> <p><b>Mandonguilles vegetals amb salseta i patates</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 19</b></p> <p>Espaguetis saltejats amb verdures i salsa de soja</p> <p><b>Hamburguesa de cigrons</b> amb niu d'enciams</p> <p><b>logurt de soja</b></p>	<p><b>Divendres 20</b></p> <p>Arròs amb salsa de verdures</p> <p><b>Seitan amb tomàquet</b></p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 23</b></p> <p>Lleties amb sofregit de verdures</p> <p>Trita de carbassó amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 24</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dimecres 25</b></p> <p>Espirals amb salsa de tomàquet</p> <p><b>Tofu amb salsa de ceba</b> amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 26</b></p> <p><b>Arròs amb alfàbrega</b> <b>Llegum saltejat</b> amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 27. Dia de proteïna vegetal</b></p> <p>Crema de pastanaga</p> <p><b>Hamburguesa de cigrons</b> amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 30</b></p> <p><b>Espaguetis amb xampinyons</b></p> <p><b>Falàfel</b> amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 1</b></p> <p><b>Arròs a les fines herbes</b></p> <p><b>Hamburguesa de cigrons</b> amb niu d'enciams</p> <p><b>logurt de soja</b></p>	<p><b>Dimecres 2</b></p> <p><b>Verdura amb patata</b></p> <p>Mongetes blanques estofats amb verdures</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 3</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p><b>Estofat de llegum amb patata</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 4</b></p> <p>Tricolor de verdura mongeta verda, pastanaga i patata</p> <p><b>Seitan amb salsa de verdures de temporada</b></p> <p>Fruita de temporada</p>



NO PEIX, NO MARISC



<p><b>Dilluns 9</b></p> <p>Arròs a la napolitana amb sofregit de tomàquet i orenga</p> <p>Truita de patata i ceba amb niu d'enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 10</b></p> <p>Vichyssoise</p> <p>Pernilets al forn a les herbes provençals amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 11</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dijous 12</b></p> <p>Amanida de lleties amb vegetals, olives, blat de moro i formatge</p> <p>Llom encebata</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 13</b></p> <p>Macarrons al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p><b>Truita francesa</b> amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 16</b></p> <p>Coliflor amb patata</p> <p><b>Pollastre a la planxa</b> amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 17</b></p> <p>Empedrat de cigrons amb vegetals, olives, blat de moro i formatge</p> <p>Truita de xampinyons amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 18</b></p> <p>Crema de carbassó</p> <p>Mandonguilles amb salseta i patates</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 19</b></p> <p>Espaguetis saltejats amb verdures i salsa de soja</p> <p>Pollastre a l'ast amb niu d'enciams</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Divendres 20</b></p> <p>Arròs amb salsa de verdures</p> <p><b>Truita francesa</b></p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 23</b></p> <p>Lleties amb sofregit de verdures</p> <p>Truita de carbassó amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 24</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dimecres 25</b></p> <p>Espirals amb salsa de tomàquet</p> <p>Pollastre amb salsa de ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 26</b></p> <p>Arròs marcianet amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p><b>Truita francesa</b> amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 27. Dia de proteïna vegetal</b></p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 30</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de xampinyons</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 1</b></p> <p><b>Arròs a les fines herbes</b></p> <p>Hamburguesa d'au amb niu d'enciams</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Dimecres 2</b></p> <p>Mongetes blanques estofats amb verdures</p> <p><b>Truita francesa</b> amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 3</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Estofat de vedella amb patata</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 4</b></p> <p>Tricolor de verdura mongeta verda, pastanaga i patata</p> <p>Pollastre amb salsa de verdures de temporada</p> <p>Fruita de temporada</p>















NO CARN



<p><b>Dilluns 9</b></p> <p>Arròs a la napolitana amb sofregit de tomàquet i orenga</p> <p>Trita de patata i ceba amb niu d'enciam</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 10</b></p> <p>Vichyssoise</p> <p><b>Peix al forn</b> amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 11</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dijous 12</b></p> <p>Amanida de lleties amb vegetals, olives, blat de moro i formatge</p> <p><b>Trita francesa</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 13</b></p> <p>Macarrons al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Lluç al forn amb all i julivert amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 16</b></p> <p>Coliflor amb patata</p> <p><b>Croquetes d'espínacs</b> amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 17</b></p> <p>Empedrat de cigrons amb vegetals, olives, blat de moro i formatge</p> <p>Trita de xampinyons amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimecres 18</b></p> <p>Crema de carbassó</p> <p><b>Mandonguilles vegetals amb salseta i patates</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 19</b></p> <p>Espaguetis saltejats amb verdures i salsa de soja</p> <p><b>Trita francesa</b> amb niu d'enciams</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Divendres 20</b></p> <p>Arròs amb salsa de verdures</p> <p>Fogoner al forn amb tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 23</b></p> <p>Lleties amb sofregit de verdures</p> <p>Trita de carbassó amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 24</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dimecres 25</b></p> <p>Espirals amb salsa de tomàquet</p> <p><b>Trita francesa</b> amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 26</b></p> <p>Arròs marcianet amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Lluç a la llimona amb niu d'enciams</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 27. Dia de proteïna vegetal</b></p> <p>Crema de pastanaga</p> <p>Hamburguesa vegetal amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>
<p><b>Dilluns 30</b></p> <p>Espaguetis amb salsa de xampinyons</p> <p>Trita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dimarts 1</b></p> <p><b>Arròs a les fines herbes</b></p> <p><b>Hamburguesa vegetal</b> amb niu d'enciams</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Dimecres 2</b></p> <p>Mongetes blanques estofats amb verdures</p> <p>Filet de lluç fregidet amb enciam i olives</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Dijous 3</b></p> <p>Crema de carbassa</p> <p><b>Estofat de llegum amb patata</b></p> <p>Fruita de temporada</p>	<p><b>Divendres 4</b></p> <p>Tricolor de verdura mongeta verda, pastanaga i patata</p> <p><b>Peix al forn</b></p> <p>Fruita de temporada</p>

