

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5 Macarrons amb salsa de xampinyons (integral) (B, O, S, W, L) Truita de formatge (O, L) Enciam i olives Fruita de temporada	6 Verdura de temporada amb patata Pernilets de pollastre al romaní Enciam i blat de moro Fruita de temporada	7 Crema de llegum i porro (B) Llom arrebossat (B, G, W, S, O) Enciam i pastanaga Fruita de temporada	8 Arròs tres delícies vegeterià (O) Lluç a la llimona (P, M, C) Enciam i remolatxa logurt ECO a granel (L)	9 Pizza de formatge i gall d'indi (B, L, S, W) Llenties estofades amb verdures (B) Fruita de temporada
12 FESTIU	13 Espirals amb salsa de verdures (integral) (B, S, W, O) Truita de carbassó (O) Enciam i olives Fruita de temporada	14 Crema de pastanaga Carn d'au al curri (B, W) Arròs Fruita de temporada	15 Verdura de temporada amb patata Cigrons al pesto d'espínacs (L) Fruita de temporada	16 Rissotto de verdures (L) Abadejo enfarinat (P, B, S, W) Enciam i carbassó Fruita de temporada
19 Arròs amb tomàquet (integral) Truita francesa (O) Enciam i remolatxa Fruita de temporada	20 Verdura de temporada amb patata Mongetes blanques amb carbassa Fruita de temporada	21 Crema de verdures i fonoll Salsitxes de porc (S, D, L) Xips de moniato (B, S, W) Fruita de temporada	22 Hummus de cigrons amb llesques de pa (G) Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons Enciam i blat de moro Fruita de temporada	23 Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (B, W, O, S) Gallineta amb salsa de ceba (P) Amanida d'espínacs i pastanaga logurt ECO a granel (L)
26 Arròs al pesto (integral) (L) Llenties estofades amb verdures (B) Fruita de temporada	27 Patates estofades amb verdures Ous durs amb sofregit de tomàquet (O) Enciam i olives Fruita de temporada	28 Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (B, W, O, S) Fideuà amb daus de rap (B, S, W, O, C, P, M) Fruita de temporada	29 La Castanyada! Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil (L, S) Pollastre a la cassola (F, K, D, B, O, S, L, G) Enciam i blat de moro Postre especial.	30 FESTIU

AL·LÈRGENS

B Gluten	W Mostassa
L Làctics	P Peix
O Ou	M Mol·lusc
S Soja	C Crustaci
D Sulfit	F Fruits de closca
	K Cacauet

QUÈ TROBEM AL MERCAT QUE SIGUI DE TEMPORADA?

FRUITA

Poma Pera Raim Figes
Codony Magrana Caqui Mandarina Taronja

VERDURA

Carbassa Col Coliflor Bledes Nap Porro Pastanaga Enciam
Albergínia Carbassó Pebrot Cogombre Mongeta tendra Tomàquet All sec
Ceba Remolatxa Espínacs Rave Moniato

TASTET DEL MES

PASTÍS DE MONIATO

.....

.....

.....

.....

*Dos dies a la setmana el pa que es serveix és integral.