

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i lluç al forn amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CARAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i truita de patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Pebres saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i illuç al forn amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AMB ALL, OLI I AROMÀTIQUES (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i fruita de patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICERO I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICERO (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA Sense Gluten (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB PICADA (4)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6.12) Sense proteïna de llet ni lactosa
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA DE TOMÀTIGA (tomàtiga, alfabugera)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de quínoa amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i illuç al forn amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	PASTA Sense Gluten AGLIO e OLIO	CREMA DE VERDURES	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES Sense Gluten (9)
INDIOT A LA PLANXA	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSA MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSA DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i truita de patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana amb mozzarella de soja / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU Sense Gluten (tomàtiga, olives negres, alfàbrega)	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	OU BULLIT (3)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSA DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Pebres saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegendra d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Pa, Pasta, Farines, Precuinats, Emboïtits, Processats carnis, Espicis, Llegums: Sense Gluten.

Menú sense Nata, Crema, iogurt ni Formtaje. Precuinats, Emboïtits, Processats carnis: Sense proteïna de Llet ni Lactosa.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA Sense Gluten (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de quínoa amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i illuç al forn amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	PASTA Sense Gluten AL PESTO (7,8)	CREMA DE VERDURES	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES Sense Gluten (9)
INDIOT A LA PLANXA	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i truita de patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU Sense Gluten (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	OU BULLIT (3)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICERO I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICERO (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegendà d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Pa, Pasta, Farines, Precuinats, Emboïtits, Processats carnis, Espicis, Llegums: Sense Gluten.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB PICADA (4)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12) Sense proteïna de llet ni lactosa
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA DE TOMÀTIGA (tomàtiga, alfabugera)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i illuç al forn amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AGLIO E OLIO (1,3) sense formatge	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
INDIOT AL FORN AMB CEBA	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSA MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSA DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i fruita de patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana amb mozzarella de soja / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega) (1,3) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSA DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Pebres saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Menú sense Nata, Crema, iogurt ni Formatge. Precuinats, Embotits, Processats carnis: Sense proteïna de Llet ni Lactosa.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i illuç al forn amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AGLIO e OLIO (1,3)	CREMA DE VERDURES	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i fruita de patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICERO I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICERO (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassà / Fruita	Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CREMA DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (pastanaga ecològica, porros ecològics, patata)	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA I COLIFLOR (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	OU BULLIT (3)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Suggeriment de sopar: Pisto de verdures amb patata i llom / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç al forn amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CREMA DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga)	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9) (sense mongetes ni pèsols)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Espirals amb rap i verdura / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i fruita de patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sipia amb patata i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Trepó amb pollastre i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CREMA DE VERDURES (sense mongetes ni pèsols)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBÀ (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada d'arròs i pollastre / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Suggeriment de sopar: Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Menú sense Ciurons, Llenties, Mongetes, Pèsols, Soia. Precuinats, Embotits, Processats carnis: Sense proteïna de Soia.

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	OU BULLIT (3)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i illuç al forn amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i fruita de patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Preuïnats, Embotits, Processats carnis: Sense proteïna de Soia.

Escoles

Menú SENSE OU, FRUITA SECA AMB CLOSCA

setembre de 2023

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
INDIOT AL FORN	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB Salsa D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB Salsa DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb indiots saltats / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i lluç al forn amb patata / Fruita	Salmó amb patata i verdures al vapor / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AGLIO e OLIO (1,3)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
INDIOT AL FORN	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB Ceba Caramelitzada	RAP AL FORN AMB Salsa MARINERA (2,4,14)	POLLASTRE AL FORN
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I Salsa DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i hamburguesa amb patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA (patata, tomàtiga, olives verdes)	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge Sense ou) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa DE TOMÀTIGA
POLLASTRE AL FORN	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB Salsa DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i pollastre / Fruita	Ensalada i lluç amb cuscús / Fruita	Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Processats carnis i Formatges Sense Ou.

La pasta seca pot contenir traços d'ou segons la fitxa del fabricant. Si és necessària una pasta certificada sense ou, s'ha de comunicar a l'empresa

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
INDIOT AL FORN	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb indiots saltats / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i lluç al forn amb patata / Fruita	Salmó amb patata i verdures al vapor / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
INDIOT AL FORN	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CARAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	POLLASTRE AL FORN
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga, cicerol, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i hamburguesa amb patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA (patata, tomàtiga, olives verdes)	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge Sense ou) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
POLLASTRE AL FORN	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i pollastre / Fruita	Ensalada i lluç amb cuscús / Fruita	Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Processats carnis i Formatges Sense Ou.

La pasta seca pot contenir traçes d'ou segons la fitxa del fabricant. Si és necessària una pasta certificada sense ou, s'ha de comunicar a l'empresa

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics , patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	INDIOT A LA PLANXA	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i llimona a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i pollastre amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica , porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CAMELITZADA	INDIOT AL FORN	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSA DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i truita de patata / Fruita	Llom amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics , patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	OU BULLIT (3)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSA DE TOMÀTIGA	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quinoa amb verdures i llimona / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Arròs amb pebre i llom a la planxa / Fruita	Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Ensalada i illuç al forn amb patata / Fruita	Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7)	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CARAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Ensalada i fruita de patata / Fruita	Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Trempó amb ciurons i patata / Fruita	Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	LLOM DE PORC ROSTIT AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:	Suggeriment de sopar:
Quínoa amb verdures i salmó / Fruita	Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Escoles
Menú SENSE CARN DE PORC
setembre de 2023

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	RODO DE VEDELLA	HAMBURGUESA MIXTA (6,12)
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Arròs amb pebre i tonyina a la planxa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita	Suggeriment de sopar: Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç al forn amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche de verdures / Fruita
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LLIMONA I ROMANÍ	LLAMPUGA AL FORN (4)	PITERA DE POLLASTRE AMB CEBÀ CAMELITZADA	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicero, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdura / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i fruita de patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Trepó amb ciurons i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana / Fruita
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	ROTI D'INDIOT AL FORN	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	TOFU AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA (6)	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICERO I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICERO (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Quinoa amb verdures i salmó / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i pastís de carabassí / Fruita	Suggeriment de sopar: Pebes saltats i pollastre amb patates / Fruita

Llegendà d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Escoles

Menú SENSE CARN

setembre de 2023

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes i tonyina) (1,3,4)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CROQUETES D'ESPINACS	LLENGUADO AMB SALSÀ D'ANET (4,7)	OU BULLIT (3)	HAMBURGUESA VEGETAL
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	AMB SALSÀ DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
CROQUETES D'ESPINACS	LLAMPUGA AL FORN (4)	HAMBURGUESA VEGETAL	RAP AL FORN AMB SALSÀ MARINERA (2,4,14)	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	PEBRES I SALSÀ DE TOMÀTIGA	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	HAMBURGUESA VEGETAL	RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14)	TOFU AMB SALSÀ DE TOMÀTIGA (6)	HOKI AL FORN (4)
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	XAMPINYONS I PATATA	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4)
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Ecoles

Menú SENSE CARN ni PEIX (Ovolacteovegetarià)

setembre de 2023

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	CROQUETES D'ESPINACS	ARRÒS 5 DELÍCIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3)	AGUIAT DE TOFU (6)	HAMBURGUESA VEGETAL
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	PATATES ROSTIDES		AMB SALS DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabetuera, formatge) (7)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
CROQUETES D'ESPINACS	ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8)	HAMBURGUESA VEGETAL	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	TRUITA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)		ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)		ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)
IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
25	26	27	28	29
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica)	ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, olives verdes, ou) (3) □	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga)
TRUITA DE PATATA I CEBA (3)	HAMBURGUESA VEGETAL	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □	TOFU AMB SALS DE TOMÀTIGA (6)	ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀTIGA I SOIA TEXTURITZADA
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □		XAMPINYONS I PATATA	
FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT NATURAL (7)	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Els aliments restringits voluntàriament en aquest menú es substitueixen per:

plats únics més quantiosos de llegums, pastas o arossos, afegint pèsols o lactis a les receptes, plats amb ou i processats aptes. □

Escoles

Menú SENSE CARN, PEIX, OU, LÀCTIS (Vegà)

setembre de 2023

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

11	12	13	14	15
ENSALADA 4 ESTACIONS (iceberg, mesclum, pastanaga, remolatxa)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (amb ciurons i carabassa ecològica)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES	PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva)
ENSALADA DE PASTA (tomàtiga, blat de les índies, olives verdes) (1,3)	CROQUETES D'ESPINACS veganes	ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga) AMB PÈSOLS SALTATS	AGUIAT DE TOFU (6)	HAMBURGUESA VEGETAL vegana
AMB PÈSOLS SALTATS	PATATES ROSTIDES		AMB SALSA DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS	ENSALADA DE TOMÀTIGA (tomàtiga, alfabaguera)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA
18	19	20	21	22
CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata)	ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica)	PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6)
CROQUETES D'ESPINACS veganes		HAMBURGUESA VEGETAL vegana		
ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes)	ESPAGUETIS INTEGRALS AGLIO E OLIO (1,3,7)	ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □	FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9)
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
25	26	27	28	29
ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma)	ENSALADA DE PATATA (patata, tomàtiga, olives verdes)	ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mesclum, pastanaga, blat de les índies)	CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS	ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga)
	HAMBURGUESA VEGETAL		TOFU AMB SALSA DE TOMÀTIGA (6)	
CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) I ARRÒS	BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □	LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega) I PÈSOLS	XAMPINYONS I PATATA	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA I SOIA TEXTURITZADA
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA ecològica	FRUITA DE TEMPORADA

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos

Els aliments restringits voluntàriament en aquest menú es substitueixen per:

plats únics més quantiosos de llegums, pastas o arossos, afegint pèsols o processats aptes. □