

MENÚ SENSE LACTIS

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3 Llenties amb verdures Truita francesa ³ Enciam i blat de moro Pa ¹ i postre de soja ⁶	4 Crema de carbassó ecològic Fricandó de vedella Pastanaga i ceba Pa ¹ i fruita ECÒ	5 Paella de peix ^{4,14} Pollastre al forn Enciam i cogombre Pa ¹ i fruita ecològica ECÒ	6 Mongeta tendra i patata Llom a l'allet Enciam i pastanaga Pa ¹ i fruita	7 Macarrons integrals amb salsa de tomàquet ^{1,3,6} Bacallà al forn ⁴ Enciam i tomàquet Pa ¹ i fruita
10 Mongeta tendra eco amb patata Lluç arrebossat casolà ^{1,4,3} Enciam i blat de moro Pa ¹ i postre de soja ⁶ ECÒ	11 Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella ⁶ Enciam i espàrrecs Pa ¹ i fruita	12 Crema de verdures Llom amb salsa tomàquet Enciam i cogombre Pa ¹ i fruita	13 Espirals amb tomàquet ^{1,3} Gall d'indi forn a les fines herbes Tomàquet i olives Pa ¹ i fruita	14 Arròs amb salsa de tomàquet Truita de carbassó i patata ³ Enciam i pastanaga ratllada Pa ¹ i fruita ecològica ECÒ
17 Pasta ecològica a la napolitana ^{1,3} Pernillets de pollastre a l'ast Tomàquet i olives negres Pa ¹ i postre de soja ⁶ ECÒ	18 Mongetes seques amb verdures Truita de patates ³ Enciam i cogombre Pa ¹ i fruita ecològica ECÒ	19 Arròs amb sofregit de verdures i tomàquet (ceba,porro,pebrot verd ¹ , Vermell, tomàquet) Salmó al forn amb anet ⁴ Enciam i brots de soja ⁶ Pa ¹ i fruita ECÒ	20 Bròquil amb patata Mandonguilles de vedella ⁶ amb pèsols i xampinyons Pa ¹ i fruita ECÒ	21 FESTIU DE LLIURE DISPOSICIÓ
24 FESTIU	25 Espaguetis integrals amb verdures i tomàquet ^{1,3} Truita francesa ³ Enciam i olives Pa ¹ i fruita	26 Llenties ecològiques amb verdures Pizza xampinyons s/lacti ¹ Pa ¹ i fruita ECÒ	27 Amanida de patates ⁴ (pastanaga,olives,blat de moro,tonyina) Vedella estofada Pastanaga i xampinyons Pa ¹ i fruita ecològica ECÒ	28 Bledes amb patata Pit pollastre arrebossat s/lacti ^{1,3} Enciam i cogombre Pa ¹ i palmeres
31 Patates estofades amb verdures Pollastre al forn amb fines herbes Enciam i pastanaga Pa ¹ i postre de soja ⁶				

Tots els apats són cuinats amb oli d'oliva; pels fregits s'utilitza oli de girasol alt oleic

En les cremes tenen l'opció d'afegir **crostons**

En les pastes s'ofereix **formatge ratllat**

Dos cops a la setmana es serveix **pa integral**

eco

Els nostres menús estan compostos en un 30% per llegums, pasta, verdures, cereals i fruites ecològiques

Aquest mes la fruita que es servirà de postre serà:

Poma, pera, taronja, maduixes, Platan, melò

El lacti serà **iogurt**

Al·lèrgens : sabràs que menges seguint el reglament europeu 1169/2011 d'al·lèrgies i intoleràncies



Productes de proximitat



Productes de temporada

El menú s'ha elaborat seguint les recomenacions de la Agència de Salut Pública de Catalunya