

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
6	7	8	9	10
<b>VACANCES</b>	<b>VACANCES</b>	Lenties estofades  Truita de formatge amb amanida d'enciam, pastanaga i llavors de gira-sol  Fruita	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva Peix a la planxa amb amanida d'enciam i olives  Fruita	Macarrons amb tomàquet  Peix fresc amb amanida d'enciam, remolatxa i panses  Fruita
13	14	15	16	17
Sopa amb fideus  Truita de ceba i moniato amb amanida verda  Fruita	Crema de bròquil amb crostons  Cigrans estofats amb arròs i verdures  Fruita	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva  Peix a la planxa amb amanida d'enciam, remolatxa i panses  Fruita	Arròs integral amb verdures  Truita de calçots amb amanida d'enciam, pastanaga i sèsam  Fruita	Llenties amb verdures  Peix fresc amb amanida de enciam i pastanaga i olives  iogurt
20	21	22	23	24
Trinxat de col i patata  Peix a la planxa amb salsa de poma  Fruita	Mongetes estofades amb porro i carbassa  Calamars a l'andalusa amb amanida d'enciam, nap i olives  iogurt	Fideus a la cassola amb verdures  Truita de ceba i julivert amb amanida d'enciam, raves i llavors de gira-sol  Fruita	Crema de carbassa amb crostons  Ous durs amb salsa amb ceba i patata amb amanida d'enciam, remolatxa i panses  Fruita	Arròs amb tomàquet  Peix fresc amb amanida d'enciam, nap i olives  Fruita
27	28	29	30	31
Espaguetis marcians  Truita de ceba i patata amb amanida verda  Fruita	Amanida d'enciam, pastanaga, magrana i olives  Arròs amb sípia i carxofa  Fruita	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva  Peix arrebossat amb amanida d'enciam, nap i mangrana  Fruita	Escudella amb fideus  Cigrans i verdura  Fruita	Llenties estofades  Peix fresc amb amanida d'enciam i pastanaga i olives  iogurt

Menús elaborats pel dietista **Gabor Smit**

**PEIX FRESC** (lluç, bonítol, bacallà, maires...) **LA VERDURA, LA FRUITA, ELS LLEGUMS, ELS CEREALS I L'OLI D'OLIVA** que serveixen son ecològics i de proximitat; **EL POLLASTRE I EL IOGURT** són de pastura