

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>3</b> Arròs integral amb verdures  Truitada a la francesa amb xips de moniato  Fruita	<b>4</b> Crema de carbassa amb crostons  Espaguetis amb bolonyesa de llenties  Fruita	<b>5</b> Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva  Peix a la planxa amb amanida d'enciam i olives  Fruita	<b>6</b> Macarrons amb verdures  Truitada de calçots amb amanida d'enciam, remolatxa i sèsam  logurt	<b>7</b> Cigrons estofats  Peix fresc a l'andalusa amb amanida d'enciam, remolatxa i panses  logurt
<b>10</b> Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva  Peix a la planxa amb salsa  Fruita	<b>11</b> Mongetes estofades amb carbassa  Calamars a l'andalusa amb amanida d'enciam, nap i olives  Fruita	<b>12</b> Arròs amb tomàquet  Ous al plat amb amanida d'enciam, raves i llavors de gira-sol  Fruita	<b>13</b> Sopa de peix amb fideus  Peix a la planxa amb amanida d'enciam, remolatxa i panses  logurt	<b>14</b> Espaguetis marcians  Mongetes saltejades amb amanida de col i pastanaga i olives  Fruita
<b>17</b> Llenties estofades amb verdures  Pastis de mill gratinat  Fruita	<b>18</b> Crema de arrels amb crostons (moniato, xirivía i ceba)  Peix al forn amb verdures  Fruita	<b>19</b> Trinxat de col i patata  Ous durs amb salsa amb amanida d'enciam i olives  Fruita	<b>20</b> Espirals amb carbonara de xampinyons s/bacó  Peix fresc amb amanida d'enciam, nap i pastanaga  logurt	<b>21</b> Arròs 3 delícies s/pernil dolç  Truitada de ceba i pastanaga amb amanida d'enciam, remolatxa i panses  Fruita
<b>24</b> FESTA LLIURE DISPOSICIÓ	<b>25</b> Sopa vegetal amb galets  Peix al forn amb ceba i tomàquet  Fruita	<b>26</b> Arròs amb salsa de bolets  Truitada d'espínacs amb amanida d'enciam, pastanaga i raves  Fruita	<b>27</b> Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva  Llenties saltejades amb cous cous amb amanida d'enciam, nap i olives  logurt	<b>29</b> Crema de coliflor  Cigrons estofats amb bacallà  Fruita

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; **EI POLLASTRE I EL IOGURT** són de pastura