



El menú s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge extra ecològic per trempar.

Una vegada al mes el Lluç és de Pesca sostenible Certificada. El Pollastre i el iogurt són de benestar animal

Les fruites d'aquest mes són: pera, poma, plàtan, taronja. Producte ecològic: oli d'oliva verge extra de primera premsió en fred pels trempats, llegum seca ecològica, pa integral ecològic dilluns, dimecres i divendres.

El iogurt que s'ofereix sempre és natural.

### 1

## Festiu

<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
Macarrons integrals a la Pizzaiola (1,3,6,10) Croquetes de Pollastre (1,2,4,5,10,11,12) Ensalada amb Remolatxa (fulles variades, pastanaga, remolatxa) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Bullit de patata, verdures i ou / Fruita	Crema de Verdures Lluç al forn amb Salsa al curry (7) Arròs bullit Iogurt Natural (7) Suggeriment de sopar: Ensalada variada i falàfel de ciurons amb quínoa / Fruita	Cuinat de ciurons amb Verdures Cuixetes de Pollastre al forn Ensalada amb Tonyina (iceberg, mesclum, pastanaga, tomàtiga) (4) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb verdures i patata / Fruita	Crema d'Espinacs i Llenties (1) Hamburguesa de Carn de Vedella (6,12) Ensalada amb Crostons (fulles variades, pastanaga) (1,6,11) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb verdures / Fruita	Arròs Paella de Carn i Verdures Trita a la francesa amb formatge (3,7) Minestra de Verdures Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza casolana / Fruita
<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
Cuinat de Llenties amb Verdures (1) Trita de Patata i Ceba (3) Ensalada amb Blat de les Índies (fulles variades, pastanaga, tomàtiga) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i fruita seca / Fruita	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga Casolana Gallineta al forn amb Picada (all, julivert, llimona) (4) Ensalada amb Olives (lletuga, escarola, tomàtiga) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i molls a la planxa amb tomàtiga / Fruita	Tallarins integrals Aglio e Olio (1,3,6,7,10) Indiot a la planxa Xampinyons saltats Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada variada i raoles de verdures amb pa torrat / Fruita	Trepó de Ciurons Pollastre al curry (7) Arròs Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i ous romputs amb patata / Fruita	Crema de Verdures amb Crostons (1,6,11) Palometa al forn amb Tomàtiga (4) Ensalada amb Cuscús (iceberg, pastanaga, tomàtiga, blat de les índies) (1) Iogurt Natural (7) Suggeriment de sopar: Tortillas mexicanes de verdures i pollastre / Fruita
<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
Espaguetis integrals a la Crema de Formatges (1,3,6,7,10) Lluç al forn amb Picada (all, julivert, llimona) (4) Ensalada amb Remolatxa (fulles variades, pastanaga, remolatxa) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Bullidura de patata, mongetes, pastanagó i ou / Fruita	Cuinat de Llenties amb Verdures (1) Pitera de Pollastre a la planxa Patates rostides Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada variada i falàfel de ciurons amb quínoa / Fruita	Arròs de Peix (2,4,14) Llom rostit amb Suc de Carn Ensalada de Tomàtiga i Olives verdes Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada variada i bacallà amb tomàtiga i patata / Fruita	Purè de Coliflor Trita de Patata i Carabassí (3) Ensalada amb Crostons (fulles variades, pastanaga) (1,6,11) Iogurt Natural (7) Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons / Fruita	Ciurons amb Sofregit i Salsa de Tomàtiga Gall al forn a la Marinera (2,4,14) Arròs saltat Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Coca de verdures amb formatge / Fruita
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
Espirals d'estiu (alfabaguera, tomàtiga, formatge) (1,3,6,7,10) Trita a la francesa (3) Ensalada amb Olives (fulles variades, pastanaga, tomàtiga) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i ciurons / Fruita	Purè de Carabassí amb Crostons (1) Indiot amb Salsa Castellana Patata a cantons Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada de cuscús i orada al forn / Fruita	Ciurons trempats amb Patata (all, oli, pebre bord, ou) (3) Pollastre rostit amb alls i llimona Ensalada amb Blat de les Índies (fulles variades, pastanaga, tomàtiga) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Verdures saltades amb ou a la planxa i pa / Fruita	Arròs Paella de Verdures Salmó a la planxa amb Salsa de Porros (7) Bròquil o Pastanaga Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Pasta de llegums al pesto amb tomàtiga cicerol / Fruita	Cuinat de Llenties amb Verdures (1) Salsitxes de Pollastre (1,6,12) Ensalada amb Tonyina (iceberg, mesclum, pastanaga, tomàtiga) (4) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb puré de patata / Fruita

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