

**DILLUNS**



**ECOLÒGICS** : Un cop a la setmana pasta, arròs, carn, fruita i verdures.  
Un cop cada dos setmanes llegums.



**PROXIMITAT** : Pollastre, llonganissa, fruites, verdures, iogurts i pa.



**PRODUCCIÓ INTEGRADA** : L'oli d'oliva per amanir.  
Un cop a la setmana fruites i verdures.

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**01**

**FESTA**

**02**

- Trinxat de la Cerdanya (col i patata)
- Filet de gall d'indi al forn amb tomàquet al forn
- Pa sense gluten
- Fruita

**03**

- Macarrons sense gluten amb salsa de tomàquet natural
- Contra cuixa de pollastre al forn amb enciam i pastanaga
- Pa sense gluten
- Crema de xocolata

**06**

- Patates estofades amb juliana de verdures
- Filet d'abadejo a l'orio amb enciam i tomàquet
- Pa sense gluten
- Fruita

**07**

- Sopa d'au amb arròs
- Llom a la planxa amb pastanaga baby saltejada
- Pa sense gluten
- logurt

**08**

- Crema de verdures (menestra, ceba i patata)
- Pollastre a l'estil del xef (pebrot, ceba i xampinyons)
- Pa sense gluten
- Fruita

**09**

- Espaguetis sense gluten amb verduretes
- Rodó de vedella al forn amb enciam, blat de moro i olives
- Pa sense gluten
- Fruita

**10**

- Amanida d'enciam variats, tomàquet, blat de moro i pastanaga amb tonyina
- Mongeta blanca estofada amb arròs i verdures
- Pa sense gluten
- Fruita

**13**

- Bròquil amb patata al vapor
- Pernilets de pollastre al forn amb enciam i olives
- Pa sense gluten
- Fruita

**14**

- Sopa de brou vegetal amb pistons sense gluten
- Lenties estofades amb verdures
- Pa sense gluten
- Fruita

**15**

- Pasta s/gluten vegetal amb salsa de tomàquet
- Cuetes de rap al forn amb carbassó a daus al forn
- Pa sense gluten
- Fruita

**16**

- Cassoleta de cigrons amb verdures
- Ou dur amb samfaina
- Pa sense gluten
- Fruita

**17**

- Paella mediterrània (gambetes, musclo i calamar)
- Llimanda al forn amb enciam i pastanaga
- Pa sense gluten
- Flam

**20**

- Sopa de brou vegetal amb pasta sense gluten
- Rostit de pollastre al forn amb enciam i blat de moro
- Pa sense gluten
- Fruita

**21**

- Amanida d'enciam, tomàquet, pastanaga, blat de moro i tonyina
- Lenties amb verdures
- Pa sense gluten
- Crema de vainilla

**22**

- Tirabuixons sense gluten a la italiana amb salsa de tomàquet i ceba
- Filet de lluç amb suquet de pescadors
- Pa sense gluten
- Fruita

**23**

- Arròs campesina
- Rodó de vedella rostit amb salsa de tomàquet
- Pa sense gluten
- Fruita

**24**

- Crema de carbassó (carbassó, ceba i patata)
- Pit de gall d'indi amb salsa de ceba
- Pa sense gluten
- Fruita

**27**

- Mongeta tendra i patata al vapor
- Llom a la planxa amb enciam i pastanaga rallada
- Pa sense gluten
- Fruita

**28**

- Arròs napolitana (amb salsa de tomàquet natural)
- Filet d'abadejo al forn amb salsa de bolets
- Pa sense gluten
- Fruita

**29**

- Fideus sense gluten amb verdures
- Pit de pollastre al forn amb enciam i blat de moro
- Pa sense gluten
- Fruita

**30**

- Mongeta blanca arrossera estofada amb verdures i arròs
- Ou dur amb samfaina
- Pa sense gluten
- logurt