

O

C

T

U

B

R

E

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
SOPA DE GALETS Enciam i tomàquet ESTOFAT DE VEDELLA FRUITA	ESPIRALS CARBONARA Enciam, pastanaga LLUÇ A LA PLANXA FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam , tonyina SALSITXES DE PORC FRUITA	MONGETA VERDA AMB PATATA Enciam, pastanaga i olives CALAMARS A L'ANDALUSA IOGURT	CREMA DE LLEGUM amb rostes Enciam, tomàquet, blat de moro POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
PAELLA Enciam, pastanaga CROQUETES FRUITA	PURÉ DE VERDURES Pastanaga ratllada POLLASTRE A LA PLANXA FRUITA	FESTA	LLENTÍES A LA CASSOLA Enciam, tomàquet, tonyina TRUITA D'ESPINACS IOGURT	FIDEUS A LA CASSOLA Enciam BACALLÀ AMB SANFAINA FRUITA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
CREMA DE CARABASSA Enciam ESTOFAT D'AU AMB BOLETS FRUITA	ARRÒS A LA CASSOLA Enciam, pastanaga OUS CUITS AMB TOMÀQUET FRUITA	ESPAGUETTI NAPOLITANA Enciam, tomàquet, tonyina ESCALOPINS DE POLLASTRE FRUITA	ESCUDELLA Enciam, pastanaga FILET DE TILAPIA IOGURT	ESTOFAT MONGETA BLANCA Enciam HAMBURGUESA DE VEDELLA FRUITA
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
SOPA DE PEIX Enciam, blat de moro POLLASTRE AL FORN FRUITA	LLENTÍES AMB XORIÇO Enciam , pastanaga TRUITA DE PATATES FRUITA	MONGETA VERDA AMB PATATA Enciam, tonyina ESCALOPA FRUITA	ARRÒS AMB TOMÀQUET Enciam, pastanaga CAELLA A LA PLANXA  IOGURT	CREMA DE VERDURES AMB FORMATGE FIDEUÀ FRUITA

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS:  
POMA, PERA, PLATAN, PRÉSSEC  
TOT ESTÀ CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA

**NOTA IMPORTANT.-**

Aquests menús podran ésser modificats quan, per circumstàncies alienes al servei de menjador, no sigui possible oferir els programats. Aleshores, es faran les adaptacions que considerem més adients.

## SOPARS COMPLEMENTARIS

DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
Bròquil amb ceba, pastanaga, cigrons i patata Truita de formatge Fruita o làctic	Crema de carbassó amb rostes Pollastre al forn amb arròs i tomàquet Fruita o làctic	Pasta saltejada amb xerris, pastanaga pipes i bonítol Fruita o làctic	Sopa de fideus Gall d'indi a la planxa amb pastanaga ratllada Fruita	Amanida amb espàrrecs Pizza casolana Fruita o làctic
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
Coliflor i patata gratinada amb beixamel i formatge Lluç arrebossat Fruita o làctic	Amanida de llegums i tires de gall d'indi Fruita o làctic	FESTA	Arròs integral saltejat amb verdures, fruits secs i gambetes Fruita	Amanida amb fruites Creps d'espínacs i formatge Fruita o làctic
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
Pasta fresca al pesto amb tomàquets xerris, formatge i pinyons Fruita o làctic	Trinxat de la Cerdanya Secret ibèric amb amanida Fruita o làctic	Bròquil saltejat amb pasta, amb salsa de iogurt i mostassa Sèpia amb all i julivert Fruita o làctic	Amanida verda Arròs a la cubana Fruita	Espàrrecs Pa amb tomàquet i embotit (millor ibèric) Fruita o làctics
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
Puré de patata amb tomàquet tallat, ou dur i tonyina Orada a la planxa amb palets de pastanaga Fruita o làctic	Crema de carbassó amb llentia vermella Pollastre al forn amb patata, ceba Fruita o làctic	Cuscús amb xerris amb ametlles filetejades Hamburguesa vegetal o de conill o de pollastre Fruita o làctic	Albergínies arrebossades Hamburguesa de conill amb pa amb tomàquet Fruita	Verdures saltejades / amanida Sushi variat, Fruita o làctic

Menú escolar revisat, i sopars complementats per Anna Gispert i Muñoz. Dietista-Nutricionista col nº CAT00712