

# MENJADOR CURS 2018/19 OCTUBRE

| DILLUNS 1  | DIMARTS 2  | DIMECRES 3   | DIJOUS 4  | DIVENDRES 5   |
|--|--|--|---|---|
| ESPAGUETTI NAPOLITANA<br>Enciam<br>CALAMARS A L'ANDALUSA<br>FRUITA                                   | CREMA DE CARBASSÓ<br>(patata,ceba,llet i formatge)<br>Enciam, pastanaga<br>POLLASTRE AL FORN<br>FRUITA | ARRÒS AMB BACALLÀ<br>Enciam , tomàquet, olives<br>OU DUR AMB TOMÀQUET<br>FRUITA  | PATATA I MONGETA TENDRA<br>Pastanaga<br>SALSITXES DE PORC<br>IOGURT   | SOPA DE GALETS I CIGRONS<br>Enciam<br>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br>XAMPINYONS<br>FRUITA  |
| DILLUNS 8  | DIMARTS 9  | DIMECRES 10  | DIJOUS 11   | DIVENDRES 12  |
| VERDURA TRES COLORS<br>(patata, pastanaga, mongeta)<br>Enciam<br>LLOM ARREBOSSAT<br>FRUITA           | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>Enciam, pastanaga<br>blat de moro<br>LLUÇ A LA PANXA<br>FRUITA                   | CREMA DE LLEGUM<br>(mongeta blanca, cigró,patata,llet i<br>formatge)<br>Enciam, tonyina<br>TRUITA DE PATATA<br>FRUITA              | MACARRONS GARTINATS<br>Enciam , tomàquet, olives<br>CROQUETES DE POLLASTRE<br>IOGURT  | <b>FESTA</b>  |
| DILLUNS 15   | DIMARTS 16   | DIMECRES 17  | DIJOUS 18   | DIVENDRES 19  |
| ESPIRALS CARBONARA<br>(llet,formatge,bacó)<br>Enciam, pastanaga<br>ESCALOPINS DE POLLASTRE<br>FRUITA | ARRÒS CALDÓS<br>(sofregit tomàquet, ceba)<br>Enciam, tonyina, blat de moro<br>BOTIFARRA<br>FRUITA      | ESTOFAT DE MONGETA BLANCA<br>(sofregit tomàquet i ceba)<br>Pastanaga<br>POLLASTRE A LA PLANXA<br>FRUITA                            | <b>MENU CULTURAL BOLIVIA</b><br><b>SILPANCHO</b><br><b>ARRÒS BLANC,OU,</b><br><b>PATATES,VEDELLA ARREBOSADA</b><br><b>I PICADA DE TOMAQUET I CEBÀ</b><br><b>FLAM CASOLÀ</b> | CREMA DE PÈSOLS<br>(patata, ceba, pèsols, llet)<br>Enciam<br>BACALLÀ AMB SAMFAINA<br>(tomàquet trit, pebrot i ceba)<br>FRUITA |
| DILLUNS 22   | DIMARTS 23   | DIMECRES 24  | DIJOUS 25   | DIVENDRES 26  |
| SOPA DE PEIX<br>Enciam<br>POLLASTRE AL FORN<br>FRUITA  | LLENTÍES ESTOFADES<br>(sofregit tomàquet, ceba)<br>Pastanaga<br>TRUITA DE PERNIL<br>FRUITA             | FIDEUS A LA CASSOLA<br>(sofregit tomàquet, ceba, pebrot,<br>costella)<br>Enciam , tomàquet, olives<br>CAELLA A LA PLANXA<br>FRUITA | PURÉ DE VERDURES<br>( patata, mongeta, espinac, coliflor,<br>espinacs)<br>Enciam, pastanaga<br>HAMBURGUESA DE VEDELLA<br>IOGURT   | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>Enciam, tonyina<br>TIRES DE LLOM ARREBOSSADES<br>FRUITA   |
| DILLUNS 29   | DIMARTS 30   | DIMECRES 31  |   |   |
| MACARRONS AMB TONYINA<br>Enciam, pastanaga<br>BOTIFARRA<br>FRUITA EN ALMIVAR                         | ESCUDELLA DE CIGRONS<br>CARN D'OLLA<br>(Pilota, pollastre, patata bullida)<br>FRUITA                   | <b>CASTANYADA</b><br>CREMA DE CARBASSA amb rostes<br>Enciam<br>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br>CASTANYES<br>PANELLETS                    |   |   |

LA FRUITA D'AQUEST MES ÉS:

POMA, PERA, PLÀTAN, PRESSEC, MANDARINA.

TOT ESTÀ CUINAT I AMANIT AMB OLI D'OLIVA.

Aquest menú no és apte per persones que pateixen d'al·lèrgies i/o intoleràncies alimentaries, ja que compte els al·lèrgens més freqüents Reglament 1169/2011 Anex II excepte FRUITS SECS

MENÚ SUPERVISAT PER Anna Gispert Muñoz, Dietista-Nutricionista col n°CAT0071



## SENSE GLUTEN

| DILLUNS 1  | DIMARTS 2  | DIMECRES 3   | DIJOUS 4  | DIVENDRES 5  |
|--|--|--|---|--|
| ESPAGUETTI NAPOLITANA<br>Enciam<br>CALAMARS A L'ANDALUSA<br>FRUITA                         | CREMA DE CARBASSÓ<br>Enciam, pastanaga<br>POLLASTRE AL FORN<br>FRUITA                | ARRÒS AMB BACALLÀ<br>Enciam , tomàquet, olives<br>OU DUR AMB TOMÀQUET<br>FRUITA                                    | PATATA I MONGETA TENDRA<br>Pastanaga<br>SALSITXES DE PORC<br>I OGURT  | SOPA DE GALETS I CIGRONS<br>Enciam<br>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br>XAMPINYONS<br>FRUITA |
| DILLUNS 8  | DIMARTS 9  | DIMECRES 10  | DIJOUS 11   | DIVENDRES 12   |
| VERDURA TRES COLORS<br>(patata, pastanaga, mongeta)<br>Enciam<br>LLOM ARREBOSSAT<br>FRUITA | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>Enciam, pastanaga<br>blat de moro<br>LLUÇ A LA PANXA<br>FRUITA | CREMA DE LLEGUM<br>Enciam, tonyina<br>TRUITA DE PATATA<br>FRUITA   | MACARRONS GARTINATS<br>Enciam , tomàquet, olives<br>CROQUETES DE POLLASTRE<br>I OGURT   | <b>FESTA</b>   |
| DILLUNS 15   | DIMARTS 16   | DIMECRES 17  | DIJOUS 18   | DIVENDRES 19   |
| ESPIRALS CARBONARA<br>Enciam, pastanaga<br>ESCALOPINS DE POLLASTRE<br>FRUITA               | ARRÒS CALDÓS<br>Enciam, tonyina, blat de moro<br>BOTIFARRA<br>FRUITA                 | ESTOFAT DE MONGETA BLANCA<br>Pastanaga<br>POLLASTRE A LA PLANXA<br>FRUITA  | <b>MENU CULTURAL BOLIVIA</b><br><b>SILPANCHO</b><br><b>ARRÒS BLANC, OU,</b><br><b>PATATES, VEDELLA ARREBOSADA</b><br><b>I PICADA DE TOMAQUET I CEBA</b><br><b>FLAM CASOLÀ</b> | CREMA DE PÈSOLS<br>Enciam<br>BACALLÀ AMB SAMFAINA<br>FRUITA                          |
| DILLUNS 22   | DIMARTS 23   | DIMECRES 24  | DIJOUS 25   | DIVENDRES 26   |
| SOPA DE PEIX<br>Enciam<br>POLLASTRE AL FORN<br>FRUITA                                      | LLENTÍES ESTOFADES o<br>(patata bullida)<br>Pastanaga<br>TRUITA DE PERNIL<br>FRUITA  | FIDEUS A LA CASSOLA<br>Enciam , tomàquet, olives<br>CAELLA A LA PLANXA<br>FRUITA                                   | PURÉ DE VERDURES<br>Enciam, pastanaga<br>HAMBURGUESA DE VEDELLA<br>I OGURT  | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>Enciam, tonyina<br>TIRES DE LLOM ARREBOSSADES<br>FRUITA        |
| DILLUNS 29   | DIMARTS 30   | DIMECRES 31  |   |  |
| MACARRONS AMB TONYINA<br>Enciam, pastanaga<br>BOTIFARRA<br>FRUITA EN ALMIVAR               | ESCUDELLA DE CIGRONS<br>CARN D'OLLA<br>(Pilota, pollastre, patata bullida)<br>FRUITA | <b>CASTANYADA</b><br>CREMA DE CARBASSA AMB<br>ROSTES<br>Enciam<br>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br>CASTANYES<br>PANELLETS |   |  |



## SENSE OU

| DILLUNS 1  | DIMARTS 2  | DIMECRES 3   | DIJOUS 4  | DIVENDRES 5  |
|--|--|--|---|--|
| ESPAGUETTI NAPOLITANA<br>Enciam<br>CALAMARS A L'ANDALUSA<br>FRUITA                         | CREMA DE CARBASSÓ<br>Enciam, pastanaga<br>POLLASTRE AL FORN<br>FRUITA                | ARRÒS AMB BACALLÀ<br>Enciam , tomàquet, olives<br>LLOM A LA PLANXA<br>FRUITA   | PATATA I MONGETA TENDRA<br>Pastanaga<br>SALSITXES DE PORC<br>IOGURT   | SOPA DE GALETS I CIGRONS<br>Enciam<br>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br>XAMPINYONS<br>FRUITA |
| DILLUNS 8  | DIMARTS 9  | DIMECRES 10  | DIJOUS 11   | DIVENDRES 12   |
| VERDURA TRES COLORS<br>(patata, pastanaga, mongeta)<br>Enciam<br>LLOM ARREBOSSAT<br>FRUITA | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>Enciam, pastanaga<br>blat de moro<br>LLUÇ A LA PANXA<br>FRUITA | CREMA DE LLEGUM<br>Enciam, tonyina<br>PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA<br>FRUITA   | MACARRONS GARTINATS<br>Enciam , tomàquet, olives<br>CROQUETES DE POLLASTRE<br>IOGURT  | FESTA  |
| DILLUNS 15   | DIMARTS 16   | DIMECRES 17  | DIJOUS 18   | DIVENDRES 19   |
| ESPIRALS CARBONARA<br>Enciam, pastanaga<br>ESCALOPINS DE POLLASTRE<br>FRUITA               | ARRÒS CALDÓS<br>Enciam, tonyina, blat de moro<br>BOTIFARRA<br>FRUITA                 | ESTOFAT DE MONGETA BLANCA<br>Pastanaga<br>POLLASTRE A LA PLANXA<br>FRUITA  | <b><u>MENU CULTURAL BOLIVIA</u></b><br><b>SILPANCHO</b><br><b>ARRÒS BLANC,</b><br><b>PATATES, VEDELLA ARREBOSADA</b><br><b>I PICADA DE TOMAQUET I CEBA</b><br><b>FLAM CASOLÀ SENSE OU</b> | CREMA DE PÈSOLS<br>Enciam<br>BACALLÀ AMB SAMFAINA<br>FRUITA                          |
| DILLUNS 22   | DIMARTS 23   | DIMECRES 24  | DIJOUS 25   | DIVENDRES 26   |
| SOPA DE PEIX<br>Enciam<br>POLLASTRE AL FORN<br>FRUITA                                      | LLENTÍES ESTOFADES<br>Pastanaga<br>LLOM A LA PLANXA<br>FRUITA                        | FIDEUS A LA CASSOLA<br>Enciam , tomàquet, olives<br>CAELLA A LA PLANXA<br>FRUITA                                       | PURÉ DE VERDURES<br>Enciam, pastanaga<br>HAMBURGUESA DE VEDELLA<br>IOGURT   | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>Enciam, tonyina<br>TIRES DE LLOM ARREBOSADES<br>FRUITA         |
| DILLUNS 29   | DIMARTS 30   | DIMECRES 31  |   |  |
| MACARRONS AMB TONYINA<br>Enciam, pastanaga<br>BOTIFARRA<br>FRUITA EN ALMIVAR               | ESCUDELLA DE CIGRONS<br>CARN D'OLLA<br>(Pilota, pollastre, patata bullida)<br>FRUITA | <b><u>CASTANYADA</u></b><br>CREMA DE CARBASSA AMB ROSTES<br>Enciam<br>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br>CASTANYES<br>PANELLETS |   |  |

PASTA SENSE OU  
ARREBOSSAT SENSE OU



# SENSE LÀCTIS

| DILLUNS 1   | DIMARTS 2   | DIMECRES 3  | DIJOUS 4   | DIVENDRES 5   |
|---|---|---|--|---|
| <p>ESPAGUETTI NAPOLITANA<br/>Enciam<br/>CALAMARS A L'ANDALUSA<br/>FRUITA</p>                          | <p>CREMA DE CARBASSÓ<br/>Enciam, pastanaga<br/>POLLASTRE AL FORN<br/>FRUITA</p>   | <p>ARRÒS AMB BACALLÀ<br/>Enciam, tomàquet, olives<br/>OU DUR AMB TOMÀQUET<br/>FRUITA</p>  | <p>PATATA I MONGETA TENDRA<br/>Pastanaga<br/>SALSITXES DE PORC<br/>IOGURT SENSE LACTOSA</p>  | <p>SOPA DE GALETS I CIGRONS<br/>Enciam<br/>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br/>XAMPINYONS<br/>FRUITA</p>                                     |
| DILLUNS 8   | DIMARTS 9   | DIMECRES 10   | DIJOUS 11  | DIVENDRES 12  |
| <p>VERDURA TRES COLORS<br/>(patata, pastanaga, mongeta)<br/>Enciam<br/>LLOM ARREBOSSAT<br/>FRUITA</p> | <p>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br/>Enciam, pastanaga<br/>blat de moro<br/>LLUÇ A LA PANXA<br/>FRUITA</p>                         | <p>CREMA DE LLEGUM<br/>Enciam, tonyina<br/>TRUITA DE PATATA<br/>FRUITA</p>  | <p>MACARRONS GARTINATS<br/>Enciam, tomàquet, olives<br/>CROQUETES DE POLLASTRE<br/>IOGURT SENSE LACTOSA</p>  | <p><b>FESTA</b></p>   |
| DILLUNS 15  | DIMARTS 16  | DIMECRES 17   | DIJOUS 18  | DIVENDRES 19  |
| <p>ESPIRALS CARBONARA<br/>Enciam, pastanaga<br/>ESCALOPINS DE POLLASTRE<br/>FRUITA</p>                | <p>ARRÒS CALDÓS<br/>(sofregit tomàquet, ceba)<br/>Enciam, tonyina, blat de moro<br/>BOTIFARRA<br/>FRUITA</p>            | <p>ESTOFAT DE MONGETA BLANCA<br/>(patata, mongeta blanca, sofregit de<br/>ceba i tomàquet)<br/>Pastanaga<br/>TRUITA D'ESPINACS<br/>FRUITA</p> | <p><b>MENU CULTURAL BOLIVIA</b><br/><b>SILPANCHO</b><br/><b>ARRÒS BLANC, OU,</b><br/><b>PATATES, VEDELLA ARREBOSADA</b><br/><b>I PICADA DE TOMAQUET I CEBA</b><br/><b>IOGURT SENSE LACTOSA</b></p> | <p>CREMA DE PÈSOLS<br/>(patata, ceba, pèsols)<br/>Enciam<br/>BACALLÀ AMB SAMFAINA<br/>(tomàquet trit, pebrot i ceba)<br/>FRUITA</p> |
| DILLUNS 22  | DIMARTS 23  | DIMECRES 24   | DIJOUS 25  | DIVENDRES 26  |
| <p>SOPA DE PEIX AMB FIDEUS<br/>Enciam<br/>POLLASTRE AL FORN<br/>FRUITA</p>                            | <p>LLENTÍES ESTOFADES<br/>(sofregit tomàquet, ceba)<br/>Pastanaga<br/>TRUITA DE PATATES<br/>FRUITA</p>                  | <p>FIDEUS A LA CASSOLA<br/>Enciam, tomàquet, olives<br/>CAELLA A LA PLANXA<br/>FRUITA</p>   | <p>PURÉ DE VERDURES<br/>Enciam, pastanaga<br/>HAMBURGUESA DE VEDELLA<br/>IOGURT SENSE LACTOSA</p>  | <p>ARRÒS AMB TOMÀQUET<br/>Enciam, tonyina<br/>TIRES DE LLOM ARREBOSSADES<br/>FRUITA</p>   |
| DILLUNS 29  | DIMARTS 30  | DIMECRES 31   |  |   |
| <p>MACARRONS AMB TONYINA<br/>Enciam, pastanaga<br/>SALSITXES DE PORC<br/>FRUITA EN ALMIVAR</p>        | <p>ESCUDELLA DE GALETS I CIGRONS<br/>CARN D'OLLA<br/>(Pilota, pollastre, patata i pastanaga<br/>bullida)<br/>FRUITA</p> | <p><b>CASTANYADA</b><br/>CREMA DE CARBASSA AMB ROSTES<br/>Enciam<br/>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br/>CASTANYES<br/>PANELLETS</p>                   |  |   |

PURES I CREMES AMB LLET SENSE LACOSA



## SENSE FRUCTOSA

| DILLUNS 1  | DIMARTS 2  | DIMECRES 3  | DIJOUS 4   | DIVENDRES 5   |
|--|--|---|--|---|
| ESPAGUETTI NAPOLITANA<br>Enciam<br>CALAMARS A L'ANDALUSA<br>FRUITA                         | CREMA DE CARBASSÓ<br>Enciam, pastanaga<br>POLLASTRE AL FORN<br>FRUITA              | ARRÒS AMB BACALLÀ<br>Enciam, tomàquet, olives<br>OU DUR AMB TOMÀQUET<br>FRUITA                                  | PATATA I MONGETA TENDRA<br>Pastanaga<br>SALSITXES DE PORC<br>IOGURT  | SOPA DE GALETS<br>Enciam<br>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br>XAMPINYONS<br>FRUITA    |
| DILLUNS 8  | DIMARTS 9  | DIMECRES 10   | DIJOUS 11  | DIVENDRES 12  |
| VERDURA TRES COLORS<br>(patata, pastanaga, mongeta)<br>Enciam<br>LLOM ARREBOSSAT<br>FRUITA | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>Enciam, pastanaga<br>LLUÇ A LA PANXA<br>FRUITA               | CREMA DE CARABASSÓ<br>Enciam, tonyina<br>TRUITA DE PATATA<br>FRUITA   | MACARRONS GARTINATS<br>Enciam, tomàquet, olives<br>POLLASTRE ARREBOSSAT<br>IOGURT  | <b>FESTA</b>  |
| DILLUNS 15   | DIMARTS 16   | DIMECRES 17   | DIJOUS 18  | DIVENDRES 19  |
| ESPIRALS CARBONARA<br>Enciam, pastanaga<br>ESCALOPINS DE POLLASTRE<br>FRUITA               | ARRÒS CALDÓS<br>Enciam, tonyina, blat de moro<br>BOTIFARRA<br>FRUITA               | ESTOFAT DE PATATA<br>Pastanaga<br>POLLASTRE A LA PLANXA<br>FRUITA   | <u>MENU CULTURAL BOLIVIA</u><br><u>SILPANCHO</u><br>ARRÒS BLANC, OU,<br>PATATES, VEDELLA ARREBOSADA<br>I PICADA DE TOMAQUET<br>FLAM CASOLÀ | ARRÒS BLANC AMB TOMÀQUET<br>Enciam<br>BACALLÀ<br>FRUITA                       |
| DILLUNS 22   | DIMARTS 23   | DIMECRES 24   | DIJOUS 25  | DIVENDRES 26  |
| SOPA DE PEIX<br>Enciam<br>POLLASTRE AL FORN<br>FRUITA                                      | PATATA BULLIDA<br>Pastanaga<br>TRUITA DE PERNIL<br>FRUITA                          | FIDEUS A LA CASSOLA<br>Enciam, tomàquet, olives<br>CAELLA A LA PLANXA<br>FRUITA                                 | PURÉ DE VERDURES<br>Enciam, pastanaga<br>HAMBURGUESA DE VEDELLA<br>IOGURT  | ARRÒS AMB TOMÀQUET<br>Enciam, tonyina<br>TIRES DE LLOM ARREBOSSADES<br>FRUITA |
| DILLUNS 29   | DIMARTS 30   | DIMECRES 31   |  |   |
| MACARRONS AMB TONYINA<br>Enciam, pastanaga<br>BOTIFARRA<br>FRUITA EN ALMIVAR               | ESCUDELLA DE PASTA<br>CARN D'OLLA<br>(Pilota, pollastre, patata bullida)<br>FRUITA | <u>CASTANYADA</u><br>CREMA DE CARBASSA AMB<br>ROSTES<br>Enciam<br>ESTOFAT DE VEDELLA AMB<br>CASTANYES<br>IOGURT |  |   |

LA FRUITA ÉS LA PERMESA: PLÀTAN, KIWI, MELÓ.  
IOGURT SENSE LACTOSA SI S'ESCAU.

## MENÚ CULTURAL DE BOLÍVIA: SILPANCHO

Enguany inaugurarem els menús culturals amb Bolívia, farem un plat típic de Cochabamba d'on són uns alumnes de la nostra escola i del servei de menjador. Durant la setmana farem tallers típics, balls, jocs i els alumnes podran portar coses típiques de Bolívia i farem una petita exposició. Esperem que agradi a tothom i que els alumnes gaudeixin d'aquesta jornada.





PROPOSTA DE SOPARS COMPLEMENTARIS

| DILLUNS 1  | DIMARTS 2   | DIMECRES 3   | DIJOUS 4   | DIVENDRES 5  |
|--|---|--|--|--|
| Guacamole amb bastonets de pa<br>Pollastre saltejat amb mongeta tendra<br>Fruita o iogurt          | Sopa d'arròs integral<br>Trita de xampinyons<br>Fruita o iogurt   | Patates gratinades<br>Bacallà amb samfaina<br>Fruita o iogurt                                      | Espirals integrals saltats amb bròquil,<br>tomàquet i daus de salmó amb un toc de<br>salsa de soja<br>Fruita | Amanida amb fruites i fruits secs<br>Croquetes casolanes<br>Fruita o iogurt                                |
| DILLUNS 8  | DIMARTS 9   | DIMECRES 10  | DIJOUS 11  | DIVENDRES 12   |
| Sopa d'arròs amb lleties<br>Peix al forn amb ceba i tomàquet<br>Fruita o iogurt                    | Verdures amb tempura<br>Salmó al papillote amb salsa de soja<br>Fruita o iogurt                         | Pasta fresca amb xerris i fruits secs<br>Fruita o iogurt   | Pèsols amb pernil<br>Brotxeta de pollastre amb verdures<br>Fruita  |  |
| DILLUNS 15   | DIMARTS 16  | DIMECRES 17  | DIJOUS 18  | DIVENDRES 19   |
| Mongeta blanca amb tomàquet o<br>samfaina i bonítol<br>Fruita o iogurt                             | Amanida de temporada amb fruita i<br>fruits secs<br>Raviolis amb tomàquet i formatge<br>Fruita o iogurt | Crema de carbassa amb formatge<br>Tires de pollastre saltejades amb<br>verdures<br>Fruita o iogurt | Pasta amb tomàquet<br>Llobarro a la sal amb amanida<br>Fruita  | Xampinyons amb all i julivert<br>Pizza casolana<br>Fruita o iogurt   |
| DILLUNS 22   | DIMARTS 23  | DIMECRES 24  | DIJOUS 25  | DIVENDRES 26   |
| Patata cuita amb bolets i tires de<br>calamars<br>Fruita o iogurt                                  | Arròs integral saltejat amb verdures i<br>tires de gall d'indi<br>Fruita o iogurt                       | Quinoa amb xerris, fruits secs i<br>gambetes<br>Fruita o iogurt                                    | Pasta de farina de llegum al pesto amb<br>daus de salmó<br>Fruita  | Amanida de fruita<br>Crepes casolanes de pernil i formatge,<br>espinacs amb formatge...<br>Fruita o iogurt |
| DILLUNS 29   | DIMARTS 30  | DIMECRES 31  | DIJOUS 15  | DIVENDRES 16   |
| Verdures al vapor amb hummus<br>Llenguado a la planxa amb pastanaga<br>ratllada<br>Fruita o iogurt | Amanida verda amb pernil<br>Ous ferrats amb pa amb tomàquet<br>Fruita o iogurt                          | Espàrrecs amb maionesa casolana<br>Orada al forn amb ceba i patata<br>Fruita o iogurt              |  |  |