

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
5	6	7	8	9
<p>Mongeta tendra i patata</p> <p>Hamburguesa de vedella a la planxa amb amanida d'enciam, tomàquet i pastanaga</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Macarrons amb tomàquet</p> <p>Truita a la francesa amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Llenties amb verdures i patata</p> <p>Estofat de vedella</p> <p>logurt natural</p>	<p>Patata i pèsols</p> <p>Lluç arrebossat amb amanida de tomàquet, blat de moro i olives</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam, tomàquet i ceba</p> <p>Fruita de proximitat</p>
12	13	14	15	16
<p>Llenties amb patata</p> <p>Bacallà al forn amb ceba i pastanaga</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida d'enciam, pastanaga i ceba</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Cigrons i patata</p> <p>Salsitxes de porc</p> <p>logurt natural</p>	<p>Patata i mongeta</p> <p>Pollastre a l'orly amb amanida de tomàquet i ceba</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Pasta amb tomàquet</p> <p>Gall dindi rostit amb ceba i xampinyons</p> <p>Fruita de proximitat</p>
19	20	21	22	23
<p>Crema de carbassa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida de tomàquet, blat de moro i olives</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Pasta blanca amb tomàquet</p> <p>Llom al forn amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Bròquil i patata</p> <p>Pernilets de pollastre amb prunes i pinyons</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Lluç al forn amb ceba i pastanaga</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Cigrons bullits</p> <p>Croquetes de carn amb amanida de tomàquet i blat de moro</p> <p>logurt natural</p>
26	27	28	29	30
<p>Arròs amb tomàquet</p> <p>Bacallà arrebossat amb amanida d'enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Mongeta tendra i patata</p> <p>Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam, pastanaga i blat de moro</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Llenties estofades</p> <p>Lluç al forn</p> <p>logurt natural</p>	<p>Pasta amb tomàquet</p> <p>Truita a la francesa amb amanida de tomàquet, pastanaga i olives</p> <p>Fruita de proximitat</p>	<p>Patata i pèsols</p> <p>Mandonguilles amb tomàquet amb amanida d'enciam, ceba i pastanaga</p> <p>Fruita de proximitat</p>

Recorda

- El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.
- D'aquest menú un 25% de la pasta és ecològica.
- El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.
- És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És de proximitat i dues vegades al mes és ecològica.
- Els dijous el pa és integral.
- Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.
- El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.
- Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.

