

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

	1PARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2PLLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GUAMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO POFRUITA DEL TEMPS 1	1PMONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2PFRICANDÓ DE VEDELLA GUCUSCÚS SALTEJAT (1, 7, T6, T10) POFRUITA DEL TEMPS 2	1PCIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2PCONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB SALSA DE LLIMONA GUAMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET POIOGURT (7) 3	1PCREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2PHAMBURGUESES D'AU A LA PLANXA (12) GUPATATES FREGIDES POFRUITA DEL TEMPS 4				
1PLLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1) 2PBACALLÀ A LA ROMANA (fregit amb farina i ou) (1, 2, 3, 4, 14) GUTOMÀQUET AMANIT POFRUITA DEL TEMPS 7	1PMINESTRA DE VERDURES (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2PESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, T1, T2, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) POFRUITA DEL TEMPS 8	1PCREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2PPOLLASTRE A LA PLANXA GUAMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA POFRUITA DEL TEMPS 9	1PARRÒS TRES DELÍCIES DE PRIMAVERA 2PTRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GUAMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES POFRUITA DEL TEMPS 10	1PBROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9, T6, T10) 2PESTOFAT DE GALL D'INDI GUPÈSOLS SALTEJATS POIOGURT (7) 11				
1PFUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2PCROQUETES DE CARN (1, 6, 7) AMANIDA POFRUITA DEL TEMPS 14	1PVERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA 2PLLLOM AL FORN GUAMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET POIOGURT (7) 15	1PCREMA DE VERDURES 2PLLLOÇ AL FORN (4) GUAMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB PASTANAGA POFRUITA DEL TEMPS 16	FESTA		17	FESTA		18
FESTA		1PARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2PTRUITA A LA FRANCESA (3) GUXAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA POFRUITA DEL TEMPS 21	1PBROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB LLETRES (1, 9, T6, T10) 2PLLLOM ARREBOSSAT CASOLÀ (1, 3, T6, T10) GUTOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES POFRUITA DEL TEMPS 23	1PCREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2PPOLLASTRE ROSTIT AL FORN GUAMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO POIOGURT (7) 24	1PCIGRONS, PATATES I PASTANAGUES AMANIT AMB OLI D'OLIVA VERGE 2PLLLOÇ AL FORN (4) GUAMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET POFRUITA DEL TEMPS 25			
1PFUSSILIS amanits amb oove i formatge ratllat) (1, 7, T6, T10) 2PTRUITA FRANCESA (3) GUALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL POFRUITA DEL TEMPS 28	1PARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2PPEIX BLANC AL FORN (4) GUAMANIDA DE FULLA DE ROURE, COGOMBRE I BLAT DE MORO POFRUITA DEL TEMPS 29	1PMONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2PPOLLASTRE A LES FINES HERBES (9) GUAMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET POFRUITA DEL TEMPS 30						

BE PA I FRUITA DEL TEMPS

BE PA I FRUITA DEL TEMPS

BE IOGURT AMB GALETES

BE PA I FRUITA DEL TEMPS

BE PA AMB OLI D'OLIVA

BERENARS



Gluten
(1)



Crustacis
(2)



Ous
(3)



Peix
(4)



Cacauet
(5)



Soja
(6)



Llet
(7)



Fruits secs
(8)



Api
(9)



Mostassa
(10)



Sèsam
(11)



Sulfits
(12)



Tramusos
(13)



Mol·luscs
(14)



Sistema de
Gestió
ISO 9001:2015
www.tuv.com
ID 310839489

LA TEVA DIETA DIÀRIA

**ESMORZARS I
BERENARS
SALUDABLES**

PA, CEREALS O
DERIVATS

LLET O
DERIVATS

FRUITA FRESCA O
HORTALISSES

I TAMBÉ FRUITS SECS

completa la teva
alimentació diària
amb un sopar
adequat

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

Prepara el sopar amb aliments que no s'hagin consumit
en el menjar elaborats de manera lleugera i simple

SI HAN MENJAT

PODEN SOPAR

Verdures i Hortalisses

Verdures i Hortalisses crues o cuinades

Patata o moniato

Pasta, arròs, pa o altres cereals

Pasta, arròs, pa o altres cereals

Patata o moniato

Llegums

Peix, Ou o Carn

Carn blanca o vermella

Peix, Ous o Llegums

Peix blanc o blau

Carn blanca, Ous o Llegums

Ous

Carn blanca, Peix o Llegums

Fruita Fresca

Fruita Fresca o Làctic

Làctic

Fruita Fresca

OFERIM MENÚS..

sostenibles

equilibrats

saludables

responsables

variats

innovadors

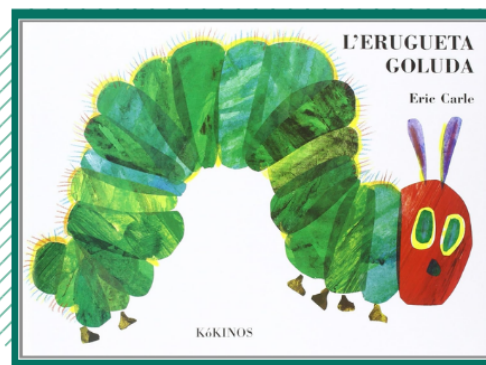
de
temporada

de
proximitat



**PER
SANT JORDI...
LLIBRES I ROSES!**

L'eruguetta goluda



D'Eric Carle

**Tina disfruta
comeniedo**



De Conchi García

**Las verduras
exploradoras**



De M^a del Mar Justicia



De Tom Hunt

**Eating for
pleasure
people &
planet**