

DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Arròs amb tomàquet (arròs, pastanaga, tomàquet triturat, ceba, oli d'oliva, sal) Hamburguesa de vedella al forn (vedella (sal i pebre), ceba, oli d'oliva, sal) amb tall de formatge (llet) Gelat (llet i derivats, soja)	Empedrat de mongeta seca (mongeta seca, tomàquet, pastanaga, ou , olives, tonyina , oli d'oliva i sal) Filet de lluç al forn (lluç) , all, julivert, oli d'oliva, sal) amb pastanaga ratllada Fruita	Amanida de pasta (enciam, pasta(gluten), pastanaga, cogombre, poma, lactonesa (Oli de gira-sol, llet , sal)) Pernilets de pollastre al forn (Pollastre, pastanaga, ceba, oli d'oliva i sal) amb tomàquet natural Fruita	Cigrons guisats amb verdures (Cigrons(fruits de closca, sèsam), ceba, pastanaga, patata, all, tomàquet triturat, oli d'oliva i sal) Truita de carbassó (Ou) , carbassó, patata, oli d'oliva, sal) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita	Minestra de verdura (Patata, verdura del temps, pastanaga, oli d'oliva, sal) Macarrons amb bolonyesa vegetal (macarrons(gluten), tomàquet triturat, pastanaga, picada vegetal (patata, gluten, ou, api, cacauet, fruits de closca, llet, mostassa, espècies, soja), ceba, formatge (llet), oli d'oliva, sal) Fruita
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Espaguetis amb verduretes (espaguetis(gluten, ou), tomàquet triturat, pastanaga, ceba, verdures del temps, oli d'oliva, sal) Ous durs al forn amb tomàquet (ou) , tomàquet, ceba, pastanaga, oli d'oliva, sal) i pastanaga ratllada Fruita	Verdura del temps (Patata, verdura del temps, oli d'oliva, sal) Cigrons guisats amb cuscús (Cigrons(fruits de closca, sèsam), ceba, patata, pastanaga, tomàquet, oli d'oliva, sal, cuscús (gluten)) logurt natural s/sucre (Llet)	Amanida d'arròs (enciam, arròs, tomàquet, pastanaga, olives, lactonesa (Oli de gira-sol, llet , sal)) Daus de gall dindi guisats amb samfaina (Gall dindi, ceba, patata, pèsol, pastanaga, llorer, all, oli d'oliva, sal) Fruita	Llenties guisades amb verdures (Llenties(gluten), ceba, patata, llorer, pastanaga, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal) Filet de maira a l'andalusa (Maira, farina(gluten)) , oli de gira-sol) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita	Crema de verdura (patata, verdura del temps, ceba, oli d'oliva, sal) Fideuà amb all i oli (Fideus(gluten), calamar(mol·lusc, crustacis, peix), musclos(mol·lusc, crustacis), gamba (crustacis, sulfits), tomàquet, pebrot vermell, pebrot verd, ceba, oli d'oliva, sal) amb all i oli (ou, mostassa, llet, soja, fruits de closca, sulfits) Fruita
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Macarrons a la napolitana (Macarrons (gluten), tomàquet triturat, pastanaga, ceba, formatge (llet), oli d'oliva, sal) Truita de xampinyons (Ou) , patata, xampinyons, ceba, oli d'oliva, sal) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita	Mongetes seques guisades amb verdures (mongetes, ceba, llorer, pastanaga, patata, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal) Hamburguesa vegetal al forn amb salsa de tomàquet (seita, avena (gluten, soja), pastanaga, oli d'oliva, oli gira-sol, mostassa) (tomàquet triturat, sucre, ceba, oli d'oliva, sal) Fruita	Amanida russa (Patata, ou , pastanaga, mongeta tendra, tonyina , olives) amb lactonesa (oli gira-sol, (llet), all) Pit de pollastre arrebossat (pollastre, pa ratllat (gluten), oli de gira-sol, sal) amb pastanaga ratllada Batut de fruita natural (iogurt (llet), fruita)	Arròs amb verduretes (Arròs, verdura de temporada, oli d'oliva, sal) Filet de fogoner al forn (lluç) , all, julivert, oli d'oliva, sal) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita	Crema de carbassa i carbassó (Patata, carbassa, carbassó, ceba, oli d'oliva, sal) Pizza de carn de vedella i formatge (farina (gluten)) , aigua, oli de gira-sol, sucre, sal i llevat), carn vedella, mozzarella (llet), olives, tomàquet, ceba, orenga) Fruita
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Llenties guisades amb verdures (Llenties(gluten), ceba, patata, llorer, pastanaga, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal) Filet de lluç a la llimona (Lluç) , llimona, oli d'oliva, sal) amb pastanaga ratllada Fruita	Espirals amb salsa de formatge (espirals(gluten), ceba, formatge (llet), oli d'oliva, sal) Estofat de vedella a la jardinera (Vedella (sal i pebre), ceba, patata, pèsol, pastanaga, llorer, all, oli d'oliva, sal) Fruita	Mongetes seques guisades amb verdures (mongetes, ceba, llorer, pastanaga, patata, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal) Truita de patata (Ou) , patata, ceba, oli d'oliva, sal) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita	Arròs amb tomàquet (arròs, pastanaga, tomàquet triturat, ceba, oli d'oliva, sal) Escalopa de gall dindi (gall dindi, pa ratllat (gluten)) , oli de gira-sol, sal) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita	Crema de verdures (patata, verdura del temps, ceba, oli d'oliva, sal) Cuscús amb verduretes (cuscús(gluten), verdures de temporada, oli d'oliva, sal) logurt natural s/sucre (Llet)

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, sal, iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, llet, cigró, sucre, llet, oli d'oliva verge extra, oli de gira-sol alt oleic i el pa. El pollastre es de corral. **Aquest mes gaudirem de mongeta tendre, carbassó, cogombre, tomàquet, pruna, meló, sindria, figa.** La varietat de peix fresc serà segons mercat: Maira, lluç... El iogurt es a doll (format gran). Inclou el pa diari.

Aquest menú ha estat supervisat pel Departament de Nutrició i Bromatologia de Laboratoris Miralles. Responsable Tècnic: Pere Miralles i Curto. Llicenciat en Farmàcia i en Ciència i Tecnologia dels Aliments. No de col·legiat 7255.

