

	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4	
	Arròs amb verdures Truita de xampinyons amb amanida Fruita	Mongetes seques guisades amb verdures Mandonguilles vegetals a la jardinera Fruita	Crema de carbassa i poma Pizza vegetal Amanida Fruita	Cuscús amb verdures Llenties guisades amb verdures logurt natural sense sucre	Macarrons amb salsa de formatge Croquetes d'espinaç amb amanida Fruita
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11	
	Arròs amb tomàquet Tofú al forn amb amanida Fruita	Crema de verdures Espirals amb beixamel, carbassa i espinaç Fruita	Verdura del temps Mongetes seques guisades amb verdures Fruita	Brou vegetal Estofat de seità amb patates fregides Fruita	Crema de verdures amb crostons Truita d'alls tendres amb amanida Batut de fruita natural
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18	
	Espaguetis amb tomàquet Truita de mongetes seques amb amanida Fruita	Minestra de verdura Arròs amb verdures Fruita	Crema de verdures Cigrons guisats amb verdures Fruita	Brou vegetal Hamburguesa vegetal al forn amb patates fregides logurt natural sense sucre	FESTA
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25	
FESTA	Mongetes seques guisades amb verdures Ous durs al forn amb tomàquet Fruita	Patates guisades amb verdures Escalopa de tofu amb amanida Batut de fruita natural	Crema de verdures Hamburguesa vegetal amb cuscús Fruita	Verdura del temps Arròs tres delícies (ou, pastanaga, pèsol) Fruita	

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, sal, iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, lentia, cigró, sucre, llet, oli d'oliva verge extra, oli de gira-sol alt oleic i el pa. **Aquest mes gaudirem de coliflor, porro, bròquil, taronja i kiwi**. El tofu i el seità és ecològic. **El iogurt es a doll (format gran). Inclou el pa**

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.

