

DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
<p>Mongetes seques guisades amb verdures (mongetes, ceba, llorer, pastanaga, patata, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal)</p> <p>Ous durs amb tomàquet (ou), tomàquet, ceba, pastanaga, oli d'oliva, sal)</p> <p>i amanida (enciam, hortalissa temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de coliflor i carbassa (Patata, carbassa, coliflor, ceba, oli d'oliva, sal)</p> <p>Fricandó de vedella (Vedella (sal i pebre), ceba, llorer, oli d'oliva, sal)</p> <p>amb arròs saltat (arròs, julivert, all, oli d'oliva, sal)</p> <p>logurt natural sense sucre (Llet)</p> <p>Fruita</p>	<p>Patates guisades amb verdures (Patata, pastanaga, ceba, pèsols, pebrot, tomàquet triturat, oli d'oliva, sal)</p> <p>Pernilets de pollastre a l'allet (pollastre, pastanaga, all, oli d'oliva, sal)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa de temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Arròs tres delícies (Arròs, pastanaga, ou, pèsols, oli d'oliva, sal)</p> <p>Sorell arrebossat (sorell (crustacis, mol·lusc), farina (gluten)), oli de gira-sol)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa de temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Minestra de verdura (Patata, verdura del temps, pastanaga, oli d'oliva, sal)</p> <p>Llenties guisades amb espinacs (Llenties (gluten), ceba, patata, espinacs, llorer, pastanaga, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal)</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
<p>Arròs amb tomàquet (arròs, pastanaga, tomàquet triturat, ceba, oli d'oliva, sal)</p> <p>Filet de maira a l'andalusa (Maira, farina (gluten)), oli de gira-sol)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa de temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures (patata, verdura del temps, ceba, oli d'oliva, sal)</p> <p>amb crostons (gluten)</p> <p>Espaguetis de llenties amb salsa de formatge (Fusillis de llentia (gluten), ceba, formatge (llet), oli d'oliva, sal)</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de pollastre amb Fideus (Fideus (gluten), ossos blanc, carcasses de pollastre, porro, pastanaga, naps, xirivies, api)</p> <p>Hamburguesa de conill al forn (conill (sulfits, llegum, llevat, antioxidants, oli d'oliva, sal)</p> <p>amb puré de patata casolà (Patata, ceba, oli d'oliva, sal)</p> <p>logurt natural sense sucre (Llet)</p>	<p>Cigrons guisats amb verdures (Cigrons (fruits de closca, sèsam), ceba, pastanaga, patata, all, tomàquet triturat, oli d'oliva i sal)</p> <p>Truita de calçots (Ou), patata, calçots, oli d'oliva, sal)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa de temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Verdura del temps (Patata, verdura del temps, oli d'oliva, sal)</p> <p>Escalopa de gall dindi (gall dindi, pa ratllat (gluten), oli de gira-sol, sal)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa de temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
<p>Espirals a la napolitana (Espirals (gluten), tomàquet triturat, pastanaga, ceba, formatge (llet), oli d'oliva, sal)</p> <p>Filet de lluç a la llimona (Lluç, llimona, oli d'oliva, sal)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa de temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de cigrons i porros (Cigrons (fruits de closca, sèsam), patata, pastanaga, ceba, porro, oli d'oliva, sal)</p> <p>Truita d'alls tendres (Ou), alls tendres, patata, ceba, oli d'oliva, sal)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa de temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa de peix amb arròs (Rap, peix de roca), ceba, pastanaga, porro, all, julivert, llorer, arròs, tomàquet triturat, oli d'oliva, sal)</p> <p>Estofat de gall dindi rostits (Gall dindi, ceba, pastanaga, llorer, all, oli d'oliva, sal)</p> <p>amb xips de verdures casolanes (verdura, oli de gira-sol, sal)</p> <p>Fruita</p>	<p>Mongetes guisades amb verdures (mongetes, ceba, llorer, pastanaga, patata, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal)</p> <p>Hamburguesa vegetal al forn (seita (gluten, soja), avena (gluten), mostassa, pastanaga, oli d'oliva, oli de gira-sol, sal)</p> <p>amb cuscús (gluten)</p> <p>logurt natural sense sucre (Llet)</p>	<p>Minestra de verdura (Patata, verdura del temps, pastanaga, oli d'oliva, sal)</p> <p>Pit de pollastre al forn (Pollastre, pastanaga, ceba, oli d'oliva i sal)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa de temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, sal, iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, llentia, 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 coliflor, porro, bròquil, taronja i kiwi. La varietat

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.

