

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
29	30	31	1	2
5	6	7	8	9
Arròs amb bolets Truita de carbassó Amanida Compota de fruita	Pasta amb salsa de tomàquet Peix blanc al forn Amanida Fruita de temporada	Menestra de verdures Pit de pollastre al forn Amanida Fruita de temporada	Amanida complerta Llenties estofades logurt natural	Crema de carbassó Carn magra rostida Amanida Fruita de temporada
12	13	14	15	16
Sopa amb pasta Estofat de vedella i patata Amanida Fruita de temporada	Fideus amb verdures gratinats Lluç amb ceba al forn Amanida Compota de fruita	Patata amb bledes Pit de pollastre Amanida Fruita de temporada	Cigrons amb un raig d'oli Gall dindi a la jardinera Amanida Fruita de temporada	Arròs blanc Truita d'albergínia Amanida logurt natural
19	20	21	22	23
Arròs amb carbassó Truita francesa Tomàquet i pastanaga logurt natural	Espagueti amb tomàquet Peix blanc al forn Amanida Fruita de temporada	Coliflor i patata gratinat Pit de pollastre arrebossat Amanida Compota de fruita	Patates xafades Peix estofat Fruita de temporada	Llenties amanides Fricandó de vedella Fruita de temporada
26	27	28	29	30
Crema de carbassa Llom amb patata al forn Amanida Fruita de temporada	Espagueti amb formatge Truita de xampinyons Amanida Fruita de temporada	Macarrons gratinats Peix al forn Amanida logurt natural	Amanida complerta Arròs de peix a la cassola Fruita de temporada	Cigrons amb un raig d'oli Pollastre al forn Amanida Compota de fruita

Amanides amb verdures de temporada: enciam, tomàquet, pastanaga, cogombre, remolatxa, llavors...

Peix: lluç, cassó, verat, bacallà...

Pa: tots els àpats tenen una llesca de pa de forner d'acompanyament

Fruita de temporada: kiwi, pera, pruna, préssec raïm, poma...

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>29</p> <p>5</p> <p>Puré de pastanaga, carbassó i sèmola arròs amb rovell d'ou Fruita</p>	<p>30</p> <p>6</p> <p>Puré de carbassó i sèmola d'arròs amb peix Fruita</p>	<p>31</p> <p>7</p> <p>Mongeta verda i patata xafades amb molles de pollastre Compota de fruita</p>	<p>1</p> <p>8</p> <p>Puré de llenties, porro i sèmola d'arròs Fruita</p>	<p>2</p> <p>9</p> <p>Puré de carbassa i patata amb magre de porc Fruita</p>
<p>12</p> <p>Sopa espessa d'estrelletes de pasta amb verdures i vedella Fruita</p>	<p>13</p> <p>Puré de carbassa, sèmola d'arròs i peix Fruita</p>	<p>14</p> <p>Bledes i patata xafades amb molles de pollastre Compota de fruita</p>	<p>15</p> <p>Puré de cigrons i patata amb gall dindi Fruita</p>	<p>16</p> <p>Puré de carbassó, pèsols i sèmola arròs amb rovell d'ou logurt natural</p>
<p>19</p> <p>Puré de pastanaga, carbassó i sèmola arròs amb rovell d'ou logurt natural</p>	<p>20</p> <p>Puré de carbassó i sèmola d'arròs amb peix Fruita</p>	<p>21</p> <p>Coliflor i patata amb molles de pollastre Fruita</p>	<p>22</p> <p>Pastanaga i patata amb trossets de peix Compota de fruita</p>	<p>23</p> <p>Puré de llenties, carbassa i sèmola d'arròs Fruita</p>
<p>26</p> <p>Puré de carbassa i patata amb llom de porc Compota de fruita</p>	<p>27</p> <p>Mongeta verda i patata amb peix Fruita</p>	<p>28</p> <p>Puré carbassó, pèsols i sèmola d'arròs amb rovell d'ou logurt natural</p>	<p>29</p> <p>Puré de porro i sèmola d'arròs amb peix Fruita</p>	<p>30</p> <p>Cigrons i patata amb pastanaga ratllada Fruita</p>

Peix: lluç, cassó, bacallà...

Fruita de temporada: pera, pruna, préssec raïm, poma... en compota o ratllada

Els llegums, per la seva composició nutricional rica en hidrats de carboni i proteïnes, poden constituir un plat sense proteïna animal