

Dilluns

3

Macarrons amb tomàquet
Gall d'indi estofat
Amanida
Fruita de temporada

10

Pasta amb salsa de bolets
Pit de pollastre arrebossat al
forn
Amanida
Fruita de temporada

17

Espirals amb salmó
Truita de formatge
Amanida
Compota de fruita

24

Dimarts

4

Crema de llenties
Peix al forn
Amanida
Fruita de temporada

11

Minestra de verdures
Peix al forn
Amanida
Compota de fruita

18

Arròs a la cassola amb peix
Amanida
Fruita de temporada

25



Dimecres

5

Patata amb bledes
Carn magra amb ceba i
pastanaga
Amanida
Compota de fruita

12

Cigrons amb un raig d'oli
Truita de patates
Amanida
logurt natural

19

Pèsols ofegats amb pernil
Llom rostit
Amanida
Fruita de temporada

26

Dijous

6

FESTIU

13

Arròs amb salsa de tomàquet
Peix blanc amb pèsols
Amanida
Fruita de temporada

20

Crema de carbassa
Cuixetes de pollastre rostides
Amanida
logurt natural

27

Divendres

7

Trinxat de patata i col
Hamburguesa de vedella
Amanida
Fruita de temporada

14

Sopa de galets
Calamars a la romana al
forn
Amanida
Fruita de temporada

28

Bon Nadal!!

Amanides amb verdures de temporada: enciam, 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: pera, raïm, poma, plàtan, mandarines, taronja...

Dilluns

3

Puré de pastanaga, sèmola
d'arròs i peix
Fruita de temporada

10

Puré de carbassa amb sèmola
d'arròs i pollastre
Fruita de temporada

17

Puré de carbassó amb sèmola
d'arròs i rovell d'ou
Compota de fruita

24

Dimarts

4

Puré de lleties amb carbassa i
moniato
Fruita de temporada

11

Patata i carbassó amb peix
Compota de fruita

18

Puré de pastanaga amb
sèmola d'arròs i peix
Fruita de temporada

25

Dimecres

5

Patata i mongeta tendra
amb carn de porc
Compota de fruita

12

Puré de cigrons amb ceba i
patata
logurt natural

19

Puré de patata i pèsols
amb porc
Fruita de temporada

26

Dijous

6

Puré de porro, pèsols i
sèmola d'arròs amb
rovell d'ou
Fruita de temporada

13

Puré de patata amb
carbassa i pollastre
logurt natural

20

27

Divendres

7

FESTIU

14

Patata, mongeta tendra,
ceba i vedella
Fruita de temporada

21

Crema de verdures i peix
Fruita de temporada

28



Bon Nadal!!

Peix: lluç, cassó, bacallà...

Fruita de temporada: pera, poma, plàtan, mandarina, taronja... en compota, llesquetes o ratllada.

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

El iogurt el donarem a partir dels 9 – 10 mesos