

GENER 2022

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>9 Ensalada de enciam, pastanaga, remolatxa i formatge mozzarella (7)</p> <p>Estofat de vedella amb patata i pastanaga (12)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><i>Ensalada. Sípia amb ceba. Arròs bullit. Fruita</i></p>	<p>10 Crema de carabassa i ceba (7)</p> <p>Cuinat de lleties amb verdures (ceba, tomàtiga, pastanaga) i patata</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><i>Wok de verdures amb espaguetis integrals i pollastre. Fruita</i></p>	<p>11 Sopa de fideus amb brou de carn(1, 3, 6, 10)</p> <p>Truita d'espinaacs amb ensalada enciam, pastanaga i blat de moro (3)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><i>Lenguado al forn amb base de patata, ceba, tomàtiga i pebre vermell. Fruita</i></p>	<p>12 Mongeta blanca amb salsa tomàtiga</p> <p>Broqueta de pollastre a la planxa amb ensalada enciam, tomàtiga i pastanaga (12)</p> <p>Iogurt natural (7)</p> <p><i>Crema de verdures. Truita francesa amb formatge i couscous amanit. Fruita</i></p>	<p>13 Arròs amb tonyina, blat de moro i olives (4)</p> <p>Peix blau al forn amb ensalada enciam i pastanaga (2,4,13)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><i>Cuinat de lleties amb verdures i patata. Fruita</i></p>
<p>16 Tumbet amb patata</p> <p>Bacallà al forn amb ceba i salsa tomàtiga (4)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><i>Crema de carabassó amb crostons. Truita de patata i ceba. Fruita</i></p>	<p>17 Arròs amb brou de carn (9)</p> <p>Rostit de gall d'indi amb ceba i pebre vermell, amb ensalada enciam, pastanaga i blat de moro</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18 Cuinat de mongeta blanca amb verdures</p> <p>Truita francesa amb ensalada enciam i pastanaga (3)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><i>Hamburguesa casolana de pollastre amb pa integral i ensalada. Fruita</i></p>	<p>19 Crema de carabassó i porro (7)</p> <p>Pizza de tomàtiga, formatge, tonyina i ceba (1,3,4,6,7,9,10,12)</p> <p>Iogurt natural (7)</p> <p><i>Cuinat de ciurons amb espinaacs i bacallà. Fruita</i></p>	<p>FESTIU</p>
<p>23 Macarrons integrals amb tomàtiga, tonyina i formatge (1,3,4,6,7,10)</p> <p>Llom al forn amb ensalada enciam, ceba i pastanaga (12)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Peix</p>	<p>24 Cuinat de ciurons amb espinaacs</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam amanit (3)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Ou</p>	<p>25 Arròs amb xampinyons</p> <p>Peix blau a la planxa amb espinaacs remenats amb ceba</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>carn</p>	<p>26 Crema de pastanaga (7)</p> <p>Pollastre al forn amb patates fregides Brossat amb canyella i llimona (7)</p> <p>Ou</p>	<p>27 Ensalada amb enciam, pastanaga, ceba i olives</p> <p>Cuinat de lleties amb verdures (tomàtiga, ceba, pastanaga i mongeta verda) amb patata</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><i>Crema de verdures. Pa amb oli de pollastre. Fruita</i></p>
<p>30 Arròs de peix (2,4,9,13)</p> <p>Bullit de peix (lluç, patata, mongeta verda, ceba, tomàtiga, pebre i pastanaga) (4,9)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p><i>Truita francesa amb formatge.</i></p>	<p>31 Menestra de verdures amb pèsols</p> <p>Pitera de pollastre arrebossades amb ensalada enciam, pastanaga i blat de moro (1,3)</p> <p>Fruita de temporada</p> <p>Carn</p>			

AL.LERGÒGENS

- 1. Conté gluten.**
- 2. Crustacis.**
- 3. Ous.**
- 4. Peixos.**
- 5. Cacauets.**
- 6. Soia.**
- 7. Lactis.**
- 8. Fruits amb corfa.**
- 9. Api.**
- 10. Mostassa.**
- 11. Grans de sèsam.**
- 12. Diòxid de sofre i sulfits.**
- 13. Mol·luscos.**
- 14. Tramussos.**

-Al menú s'afegirà aigua per beure i pa integral. Pasta i arròs també integrals.

-Utilització d'oli d'oliva verge per amanir, i per cuinar oli d'oliva o de gira-sol alto oleic.

-Postres làctics amb menys de 12,3g de sucre /100mL