



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>30</b>	<b>31</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
		<b>FESTIU</b>	Cuscús amb carbassó, pastanaga i porro	Sopa vegetal de pasta petita
			Cigrons estofats	Llenties amb samfaina
			Fruita de temporada	Fruita de temporada
<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
Arròs 3 delícies vegetal	Crema de carbassó	Sopa vegetal amb arròs	Llenties estofades	Espirals amb salsa de carbassa
Falafels amb salsa i amanida d'enciam i olives	Mongetes saltejades amb moniato	Hamburguesa de vegetal al forn amb salsa de tomàquet	Truita de carbassó s/ou amb amanida d'enciam i pastanaga	Cigrons saltejats amb amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada
<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
Cuscús amb verdures	Patates estofades amb verdures	Verdura de temporada amb patata i oli d'oliva	Crema de llegums	Arròs amb sofregit de tomàquet
Cigrons estofats amb salsa	Truita de ceba i pastanaga s/ou amb amanida d'enciam i remolatxa	Mongetes estofades amb carbassa	Espaguetis amb verdures	Llenties saltejades amb amanida d'enciam i olives
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
Trinxat de col i patata amb oli d'oliva	Crema de coliflor	Arròs amb verdures	Cuscús amb ceba, pastanaga i xampinyons	Sopa vegetal amb pistons
Falafel amb amanida d'enciam i pastanaga	Macarrons amb bolonyesa vegetal	Truita de ceba i patata s/ou amb amanida d'enciam i olives	Cigrons estofats	Mongetes saltejades amb all i julivert i amanida d'enciam i remolatxa
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>1</b>
Llenties estofades	Sopa vegetal amb pistons	Arròs caldos amb ceba i pastanaga	Crema de carbassa	
Pastis de mill amb salsa de tomàquet	Cigrons saltejats amb amanida d'enciam i pastanaga	Truita de moniato s/ou amb amanida d'enciam i olives	Mongetes saltejades amb ceba caramel·litzada	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada	

Menús elaborats pel dietista **Gabor Smit**

**LA VERDURA, LA FRUITA I EL IOGURT** que serveixen son de temporada i de proximitat;