

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>3</p> <p>Amanida d'arròs (enciam, arròs, pastanaga, olives, lactonesa(Oli de gira-sol, llet, sal)) Ous durs al forn amb salsa de tomàquet (ou, tomàquet, ceba, pastanaga, oli d'oliva, sal) Fruita</p>	<p>4</p> <p>Crema de porros (patata, porros, ceba, oli d'oliva, sal) amb crostons (gluten) Espaguetis amb bolonyesa de vegetal (espaguetis(gluten), tomàquet triturat, pastanaga, tofu, ceba, formatge (llet), oli d'oliva, sal) Fruita</p>	<p>5</p> <p>Minestra de verdura (Patata, verdura del temps, pastanaga, oli d'oliva, sal) Croquetes d'espínacs (llet, farina(gluten), espínac, pa ratllat, oli gira-sol, ceba, blat de moro, sal, nou moscada, traces de: crustacis, mol·lusc, ou, soja, peix, api) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) iogurt natural s/sucre (Llet)</p>	<p>6</p> <p>Llenties guisades amb verdures (Llenties, ceba, patata, lloer, pastanaga, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal) Hamburguesa vegetal al forn (verdures brasejades, cuscús(gluten), fruits secs de closca, llet, ou, peix, crustacis, soja, sulfits, mol·lusc, pa ratllat, oli d'oliva, albahaca, pebre, sal) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita</p>	<p>7</p> <p>Amanida de pasta (enciam, espiral(gluten), poma, cogombre, olives, lactonesa(Oli de gira-sol, llet, sal)) Tofu arrebossat (Tofu, pa ratllat (gluten), oli de gira-sol, sal) amb tomàquet natural Fruita</p>
<p>10</p> <p>Amanida de llegum (enciam, cogombre, tomàquet, tonyina, llentia) Hamburguesa vegetal al forn (verdures brasejades, cuscús(gluten), fruits secs de closca, llet, ou, peix, crustacis, soja, sulfits, mol·lusc, pa ratllat, oli d'oliva, albahaca, pebre, sal) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita</p>	<p>11</p> <p>Espirals amb carbassa (espirals(gluten), all, ceba, carbassa, oli d'oliva, sal) Truita de patata (ou, patata, ceba) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Batut de fruita natural s/sucre (iogurt(llet), fruita)</p>	<p>12</p> <p>Amanida de patata (enciam, tomàquet, ou dur, olives, lactonesa(Oli de gira-sol, llet, sal)) Seità (gluten) a la planxa amb pastanaga ratllada Fruita</p>	<p>13</p> <p>Arròs amb tomàquet (arròs, pastanaga, tomàquet triturat, ceba, sucre, oli d'oliva, sal) Croquetes d'espínacs (llet, farina(gluten), espínac, pa ratllat, oli gira-sol, ceba, blat de moro, sal, nou moscada, traces de: crustacis, mol·lusc, ou, soja, peix, api) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita</p>	<p>14</p> <p>Crema de cigrons i carbassó (cigró, patata, ceba, carbassó, lloer, alls secs, oli d'oliva, sal) Truita de xampinyons (ou, patata, xampinyons, ceba, patata, oli d'oliva, sal) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita</p>
<p>17</p> <p>Llenties guisades amb verdures (Llenties, ceba, patata, lloer, pastanaga, tomàquet triturat, all, oli d'oliva, sal) Truita de patata (ou, patata, ceba) amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Fruita</p>	<p>18</p> <p>Crema de pastanaga (patata, pastanaga, ceba, oli d'oliva, sal) Fideuà vegetal (fideu(gluten), pèsol, tomàquet, pebrot vermell, pebrot verd, ceba, oli d'oliva, sal) Fruita</p>	<p>19</p> <p>Amanida de llegum (enciam, mongeta, pastanaga, olives) Truita de carbassó (ou, carbassó, ceba, patata, oli d'oliva, sal) amb tomàquet natural Fruita</p>	<p>20</p> <p>Espaguetis amb salsa de formatge (espaguetis(gluten), ceba, formatge(llet), oli d'oliva, sal) Tofu rostit amb poma (Gall dindi, ceba, pastanaga, poma, lloer, all, oli d'oliva, sal) Fruita</p>	<p>21</p> <p>Arròs amb tomàquet (arròs, pastanaga, tomàquet triturat, ceba, sucre, oli d'oliva, sal) Seità (gluten) al forn amb verdures i amanida (enciam, hortalissa temporada, olives) Gelat (llet (i lactosa), gluten, ou, soja, galeta, sucre)</p>



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. N° de col·legiat 7255.

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, sal, iogurt, tomàquet conserva, pasta, cuscús, 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 albercoc, préssec, paraguaià, pebrot verd i vermell. 1 cop al mes arròs i pasta integral. 1 cop a la setmana pa integral. La varietat del peix de proximitat (mediterrània) serà: Maira, gallineta o sardina. El iogurt es sense sucre i a doll (format gran). Inclou el pa diari.**

