



DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
<p>Macarrons amb tofu (Macarrons (gluten), tomàquet triturat, pastanaga, tofu, ceba, oli d'oliva,sal)</p> <p>Hamburguesa vegetal al forn amb tall de formatge (ceba,formatge(llet),oli d'oliva,sal)</p> <p>Fruita</p>	<p>Verdura del temps (Patata, verdura del temps, oli d'oliva,sal)</p> <p>Mandonguilles de llegum i verdures amb tomàquet</p> <p>Fruita</p>	<p>Amanida d'arròs (enciam, tomàquet, cogombre, olives, lactonesa(Oli de gira-sol, llet,sal))</p> <p>Truita de patata (Ou, patata, ceba,oli d'oliva,sal) amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita</p>	<p>Mongetes seques guisades amb verdures (mongetes, ceba, llorer, pastanaga, patata, tomàquet triturat, all,oli d'oliva,sal)</p> <p>Tofu guisat al forn amb verdures</p> <p>Gelat (llet i derivats, soja)</p>	<p>Crema de carbassó (Patata, carbassó, ceba,oli d'oliva,sal)</p> <p>Espaguetis amb bolonyesa vegetal (espaguetis(gluten), tomàquet triturat, pastanaga, picada vegetal(patata,gluten, ou, api, cacauet, fruits de closca,llet,mostassa,espècies,soja), ceba, formatge (llet),oli d'oliva,sal)</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
<p>Arròs amb tomàquet (arròs, pastanaga, tomàquet triturat, ceba, oli d'oliva, sal)</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida(enciam, hortalissa temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Minestra de verdura (Patata, verdura del temps, pastanaga,oli d'oliva,sal)</p> <p>Daus de tofu guisats amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives)</p> <p>logurt natural sense sucre (Llet)</p> <p>Fruita</p>	<p>Empedrat de cigrons (cigró(fruits de closca, sèsam), ou, tomàquet, oli d'oliva, sal)</p> <p>Croquetes de verdura i arròs amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Macarrons amb salsa de porros (Macarrons (gluten),ceba, porro, (llet),oli d'oliva,sal)</p> <p>Truita paisana (Ou, patata, ceba, verdura de temporada, oli d'oliva,sal)</p> <p>amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de verdures (patata,verdura del temps,ceba,oli d'oliva,sal)</p> <p>Llenties guisades amb verdures (Llenties(gluten), ceba, patata, llorer, pastanaga, tomàquet triturat, all,oli d'oliva,sal)</p> <p>Fruita</p>
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 1 OCTUBRE
<p>Amanida de pasta (enciam, espiral(gluten), poma, pastanaga, olives, lactonesa(Oli de gira-sol, llet,sal))</p> <p>Truita de xampinyons (Ou, patata, xampinyons, ceba,oli d'oliva,sal) amb pastanaga ratllada</p> <p>Fruita</p>	<p>Cigrons guisats amb verdures (Cigrons(fruits de closca, sèsam), ceba, pastanaga, patata, all, tomàquet triturat, oli d'oliva i sal)</p> <p>Mandonguilles de verdura i arròs amb suc i amanida (enciam, hortalissa temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>	<p>Crema de pastanaga (Patata, pastanaga, ceba, oli d'oliva,sal) amb crostons (gluten)</p> <p>Cuscús amb verdures (cuscús(gluten), verdures de temporada, oli d'oliva, sal)</p> <p>Batut de fruita natural (Llet, fruita)</p>	<p>Mongetes seques guisades amb verdures (mongetes, ceba, llorer, pastanaga, patata, tomàquet triturat, all,oli d'oliva,sal)</p> <p>Hamburguesa vegetal amb tomàquet natural</p> <p>Fruita</p>	<p>Sopa d'arròs i brou vegetal(arròs, porro, pastanaga, naps, xirivies, api)</p> <p>Tofu al forn amb amanida (enciam, hortalissa temporada, olives)</p> <p>Fruita</p>

- **Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada:** Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, sal, iogurt, tomàquet conserva, pasta, arròs, farina, lletia, 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 mongeta tendre, carbassó, cogombre, tomàquet, pruna, meló, síndria, figa.**
- **La varietat de peix fresc serà segons mercat:** Maira, lluç...
- **El iogurt es a doll** (format gran).
- **Inclou el pa diari.**

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.

