



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
ESPAGUETIS AMB SALSA DE XAMPINYONS (1, 7, T10, T6) TRUITA FRANCESA (3) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL (1) 4	CREMA DE CIGRONS AMB PORRO HAMBURGUESA VEGETAL DE CUSCUS (1, T12, T14, T2, T3, T4, T6, T7, T8) FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 5	PATATES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA D'ALLS TENDRES (3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 6	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET SEITÁN ARREBOSSAT AMB SALSA DE TOMÀQUET (1, 3, 6, T11) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 7	MENESTRA DE VERDURES MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7) PA BLANC (1) 8
ARRÒS AMB VERDURES OUS DURS AMB BEIXAMEL (3, 7) FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL (1) 11	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, T10, T14, T2, T3, T4, T6, T9) AMB AMANIDA BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7) PA BLANC (1) 12	CREMA DE PASTANAGA I CARBASSA MACARRONS INTEGRALS AMB BOLONYESA VEGETAL (1, 6, 7, T1, T10, T11, T3, T6) FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 13	LLENTIES GUISADES AMB VERDURES HAMBURGUESA VEGETAL DE QUINOA (1, T12, T14, T2, T3, T4, T6, T7, T8) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 14	ESPIRALS AMB SALSA DE PORROS (1, 7, T10, T6) ROSTIT O ESTOFAT DE TOFU (6, T1, T11, T3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 15
MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, T10, T14, T2, T3, T4, T6, T9) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL (1) 18	ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA (1, 7, T10, T6) TRUITA DE MONIATO (3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 19	CIGRONS GUISATS AMB VERDURES TRUITA FRANCESA (3) AMB PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 20	ARRÒS CALDÓS AMB VERDURES TOFU A LA PLANXA (6, T1, T11, T3) PURÉ DE PATATA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 21	VERDURA DEL TEMPS FIDEUS A LA CASSOLA AMB VERDURES I PÈSOLS (1, T10, T6) BATUT DE FRUITA SENSE SUCRE (7) PA BLANC (1) 22
ARRÒS AMB TOMÀQUET TRUITA DE CARBASSÓ (3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA INTEGRAL (1) 25	VERDURA DEL TEMPS LLENTIES GUISADES AMB VERDURES FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 26	MACARRONS AMB SALSA D'ESPINACS (1, 7, T10, T6) OUS DURS AL FORN AMB SALSA DE TOMÀQUET (3) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 27	MONGETES SEQUES GUISADES AMB VERDURES HAMBURGUESA VEGETAL DE CUSCUS (1, T12, T14, T2, T3, T4, T6, T7, T8) AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS PA BLANC (1) 28	CREMA DE VERDURES SEITÁN ARREBOSSAT AMB SALSA DE TOMÀQUET (1, 3, 6, T11) ARRÒS SALTAT IOGURT NATURAL SENSE SUCRE (7) PA BLANC (1) 29

Al.lèrgens: 1-Gluten, 2-Crustacis, 3-Ous, 4-Peix, 5_Cacahuets, 6-Soja, 7- Llet, 8-Fruits secs, 9-Api, 10-Mostassa, 11-sèsam, 12-Sulfits, 13-tramussos, 14- Mol.luscs, T-Traces



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.º de col·legiat

Són productes ecològics certificats, de proximitat i temporada: Totes les verdures, hortalisses, fruites, vedella, sal, iogurt, tomàquet conserva, pasta, cuscús, 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 carbassa, coliflor, espinac, all tendre, moniato, mandarina, plàtan, kiwi, taronja. 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.**