

8		9		10	
ESPIRALS INTEGRALS AL PESTO		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUMS		ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)	
CROQUETES DE BACALLÀ o D'ESPINACS		LLIBRETS CASOLANS DE LLOM AMB PERNIL I FORMATGE		TRUITA A LA FRANCESA	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA		PATATES ROSTIDES		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita	
13		14		15	
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA		ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA		LLENTIES CUINADES AMB VERDURES	
TRUITA DE PATATA I CEBA		PAELLA DE PEIX I MARISC		HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA	
ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA		FRUITA DE TEMPORADA		CUSCÚS SALTAT AMB JULIVERT	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA	
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç al forn amb cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Bullit d'ou amb patata i verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i tonyina amb patata / Fruita	
16		17			
SOPA DE BROU DE CARN		CREMA DE PASTANAGA			
PALOMETA AMB ENFARINAT CASOLÀ		POLLASTRE AL CURRI			
ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA		ARRÒS INTEGRAL			
IOGURT / FRUITA		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i falafel de ciurons amb tomàtiga / Fruita		Suggeriment de sopar: Quiche casolà variat / Fruita			
20		21		22	
CREMA DE CARABASSÍ		FIDEUS DE CASETA		ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	
ARRÒS A LA CUBANA		BACALLÀ ENFARINAT CASOLÀ		POLLASTRE ROSTIT	
OUS FREGITS		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES		PATATES ROSTIDES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i raoles de verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	
23		24			
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA		CREMA DE CARABASSA I LLENTIES			
GALLINETA AL FORN		RODÓ D'INDIOT AMB SALSA DE VERDURES			
ENSALADA VARIADA AMB POMA I NOUS		ARRÒS BLANC			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i pa amb oli variat / Fruita		Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures variades i ciurons / Fruita			
27		28		29	
ENSALADA CÉSAR (lletuga, formatge, crostons, salsa césar)		CREMA DE BRÒQUIL		SOPA DE BOLLIT	
MACARRONS INTEGRALS GRATINATS		LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE LLIMONA I MEL		BOLLIT	
AMB SALSA DE TONYINA		PATATÓ		(Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)	
IOGURT / FRUITA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i llenguado enfarinat / Fruita		Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita		Suggeriment de sopar: Cuscús amb pisto de verdures i lleties / Fruita	
30		31			
LLENTIES CUINADES AMB VERDURES		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA			
TRUITA DE PATATA I CEBA		LLUÇ ENFARINAT CASOLÀ			
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó a la planxa amb carabassí / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i quesadillas / Fruita			



Es Liceu incorpora, en la mesura de les possibilitats, el PRODUCTE LOCAL i ECOLÒGIC. S'ofereix MENÚ VEGETARIÀ (amb ous i lactis) Tot plegat, una aposta per una educació alimentària saludable, de qualitat i respectuosa amb la sostenibilitat mediambiental i econòmica.

Els menús van acompanyats DIARIAMENT de PA MORENO i INTEGRAL. Tots els ARREBOSSATS es fan a l'escola amb farina de blat i ciurons, l'el·laboració és CASOLANA. DECLARACIÓ D'AL·LÈRGENS: si necessitau informació sobre els al·lèrgens que conté el menú, la podeu sol·licitar a [cuina@esliceu.com](mailto:cuina@esliceu.com)

**Article 4. Requisits i criteris per a la programació dels menús escolars i la freqüència de consum setmanal**

	Grups d'Aliments	Freqüència Setmanal	Menú	OBSERVACIONS
1	ARRÒS	1	1-1-1-1	Complex
2	Incloure integrals	Incloure	0-0-0-1	Complex
3	PASTA	1	1-1-1-1	Complex
4	Incloure integrals	Incloure	1-1-0-1	Complex
5	LLEGUMS	1 a 2 (Mínim 6 al mes)	2-2-1-1	Complex
6	HORTALISSES - PATATA	1 a 2	1-1-1-0	Complex
7	CARN	1 a 3	2-2-2-1	Complex
8	Prioritzar carn blanca	Prioritzar	1-1-2-0	Complex
9	Preparats càrnis	Màxim 4 al mes	1-1-0-0	Complex
10	OUS	1 a 2	1-1-1-1	Complex
11	PEIX	1 a 3 (Mínim 6 al mes)	1-2-2-2	Complex
12	dels quals, Blau	Alternar	0-0-1-1	Complex
13	ENSALADES	3 a 4	3-3-3-2	Complex
14	ALTRES	1 a 2	2-2-2-1	Complex
15	FRUITA FRESCA DE TEMPORADA	4 a 5	4-4-4-3	Complex
16	YOGUR (<12,3g de sucre/ 100ml)	0 a 1	1-1-1-0	Complex
17	OLI PER CUINAR	Oli d'Oliva o Oli de Girasol Alt Oleic		Complex
18	OLI PER TREMPAR	Oli d'Oliva Verge o Oli d'Oliva Verge Extra		Complex
19	FRITURES	Màxim 2 a la setmana	2-2-2-1	Complex
20	PRE CUINATS	Màxim 3 al mes	1-0-0-0	Complex

**Article 5. Informació dels menús a les famílies**

1 Les persones responsables dels centres educatius han de proporcionar a les famílies, persones que exerceixen la tutela o responsables dels comensals, incloent-hi les persones amb necessitats especials (intoleràncies, al·lèrgies alimentàries o altres malalties que així ho exigeixin), la programació mensual dels menús de la manera més clara i detallada possible i les han d'orientar amb menús adequats perquè el sopar sigui complementari amb el menú del migdia.

2 La informació sobre els menús ha de ser accessible a persones amb qualsevol tipus de diversitat funcional, quan així es requereixi.

3 Així mateix, s'ha de posar a disposició de les famílies, persones que exerceixin la tutela o responsables dels comensals la informació dels productes utilitzats per a l'elaboració dels menús que sigui exigible per les normes sobre etiquetatge de productes alimentaris i per les normes sobre la informació a les persones consumidores.

**Article 16. Vigilància i control**

4 La documentació justificativa de la **valoració de la programació del menú per part de personal qualificat amb formació acreditada en nutrició humana i dietètica.**

5 **L'existència de fitxes tècniques dels menús, amb la mesura dels ingredients que els integren (volum i pes).**

9 Les persones responsables de l'oferta alimentària dels centres educatius, dels centres sanitaris i de les dependències administratives sanitàries han de tenir a disposició de la Direcció General de Salut Pública i Participació l'etiquetatge nutricional dels aliments envasats i/o la documentació necessària per saber els continguts nutricionals i els tipus d'aliments que s'ofereixen en els bars, cantines, quioscs o màquines expenedores ubicats en els seus recintes.

11 Els centres educatius, a través del consell escolar, **poden constituir una comissió de menjador a fi de fer el seguiment i la valoració del servei de menjador**, de conformitat amb el contingut d'aquest Decret.



8		9		10	
ESPIRALS INTEGRALS AL PESTO		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUMS		<b>ARRÒS MARINERA (només brou i arròs)</b>	
<b>BACALLÀ AL FORN</b>		<b>LLOM A LA PLANXA</b>		TRUITA A LA FRANCESA	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA		PATATES ROSTIDES		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita		Suggeriment de sopar: Broqueta de pollastre amb verures i arròs / Fruita	
13	14	15	16	17	
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA	ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES	SOPA DE BROU DE CARN	CREMA DE PASTANAGA	
<b>TRUITA A LA FRANCESA</b>	<b>PAELLA DE PEIX</b>	HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA	<b>PALOMETA A LA PLANXA</b>	POLLASTRE AL CURRI	
ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA	(sense marisc)	CUSCÚS SALTAT AMB JULIVERT	ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA	ARRÒS INTEGRAL	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	IOGURT / FRUITA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç al forn amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit d'ou amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i tonyina amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i falafel de ciurons amb tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Pollastre a la planxa amb verdures i patata / Fruita	
20	21	22	23	24	
<b>CREMA DE CARABASSÍ</b>	FIDEUS DE CASETA	ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	<b>ESPAGUETIS INTEGRALS AMB TOMÀTIGA</b>	CREMA DE CARABASSA I LLENTIES	
<b>ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀTIGA</b>	<b>BACALLÀ A LA PLANXA</b>	POLLASTRE ROSTIT	GALLINETA AL FORN	RODÓ D'INDIOT AMB SALSA DE VERDURES	
<b>TRUITA A LA FRANCESA</b>	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	PATATES ROSTIDES	ENSALADA VARIADA AMB POMA I NOUS	ARRÒS BLANC	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i raoles de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i pa amb oli de peix / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures variades i ciurons / Fruita	
27	28	29	30	31	
ENSALADA CÉSAR (lletuga, formatge, crostons, salsa césar)	CREMA DE BRÒQUIL	SOPA DE BOLLIT	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA	
<b>MACARRONS INTEGRALS</b>	LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE LLIMONA I MEL	BOLLIT	<b>OU BOLLIT AMB PATATA</b>	<b>LLUÇ AL FORN</b>	
<b>AMB SALSA DE TONYINA</b>	PATATÓ	(Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
IOGURT / FRUITA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i llenguado enfarinat / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb pisto de verdures i lleties / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó a la planxa amb carabassí / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i tortita de lleties amb arròs / Fruita	

Menú baix en greix total, principalment d'origen animal.

		8	9	10
		<u>ESPIRALS INTEGRALS AMB ALL, OLLI AROMÀTIQUES</u> <u>BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀTIGA</u> TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Lluç al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUMS LLIBRETS CASOLANS DE LLOM AMB PERNIL I FORMATGE PATATES ROSTIDES FRUITA CÍTRICA Suggestió de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia) TRUITA A LA FRANCESA ENSALADA VARIADA AMB OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
13	14	15	16	17
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA TRUITA DE PATATA I CEBA ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Ensalada variada i lluç al forn amb cuscús / Fruita	ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA PAELLA DE PEIX I MARISC FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Bullit d'ou amb patata i verdures / Fruita	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA CUSCÚS SALTAT AMB JULIVERT FRUITA CÍTRICA Suggestió de sopar: Ensalada variada i tonyina amb patata / Fruita	SOPA DE BROU DE CARN PALOMETA AMB ENFARINAT CASOLÀ <u>ENSALADA VARIADA</u> IOGURT / FRUITA Suggestió de sopar: Crema de verdures i falafel de ciurons amb tomàtiga / Fruita	CREMA DE PASTANAGA POLLASTRE AL CURRI ARRÒS INTEGRAL FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Quiche casolà variat / Fruita
20	21	22	23	24
CREMA DE CARABASSÍ ARRÒS A LA CUBANA OUS FREGITS FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita	FIDEUS DE CASETA BACALLÀ ENFARINAT CASOLÀ ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES FRUITA CÍTRICA Suggestió de sopar: Crema de carabassa i raïles de verdures / Fruita	ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES POLLASTRE ROSTIT PATATES ROSTIDES FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA GALLINETA AL FORN <u>ENSALADA VARIADA AMB POMA</u> FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Crema de verdures i pa amb oli variat / Fruita	CREMA DE CARABASSA I LLENTIES RODÓ D'INDIOT AMB SALS DE VERDURES ARRÒS BLANC FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Cuscús amb verdures variades i ciurons / Fruita
27	28	29	30	31
ENSALADA CÉSAR (lletuga, formatge, <u>crostons SENSE FRUITA SECA</u> , salsa césar) MACARRONS INTEGRALS GRATINATS AMB SALS DE TONYINA IOGURT / FRUITA Suggestió de sopar: Crema de verdures i llenguado enfarinat / Fruita	CREMA DE BRÒQUIL LLOM A LA PLANXA AMB SALS DE LLIMONA I MEL PATATÓ FRUITA CÍTRICA Suggestió de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	SOPA DE BOLLIT BOLLIT (Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga) FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Cuscús amb pisto de verdures i llenties / Fruita	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES TRUITA DE PATATA I CEBA TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Sopa de pasta i salmó a la planxa amb carabassí / Fruita	ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀTIGA LLUÇ ENFARINAT CASOLÀ ENSALADA VARIADA AMB OLIVES FRUITA DE TEMPORADA Suggestió de sopar: Ensalada i quesadillas / Fruita

Menú sense Fruita seca amb closca: Ametlla, Anacard, Avellana, Cacauet, Castanyes, Festucs, Nous, Pinyons, Llavors de Carabassa, Girasol, Llí, Sèsam

		8	9	10
		<u>ESPIRALS INTEGRALS AMB ALL, OLI AROMÀTIQUES</u>  <u>BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀTIGA</u>  TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Lluç al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUMS  LLIBRETS CASOLANS DE LLOM AMB <u>PERNIL sense proteïna de soja</u> I FORMATGE  PATATES ROSTIDES  FRUITA CÍTRICA  Suggestiment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)  TRUITA A LA FRANCESA  ENSALADA VARIADA AMB OLIVES  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita
13	14	15	16	17
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA  TRUITA DE PATATA I CEBA  ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Ensalada variada i lluç al forn amb cuscús / Fruita	ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA  PAELLA DE PEIX I MARISC  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Bullit d'ou amb patata i verdures / Fruita	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES  HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA ( <u>sense proteïna de soja</u> )  CUSCÚS SALTAT AMB JULIVERT  FRUITA CÍTRICA  Suggestiment de sopar: Ensalada variada i tonyina amb patata / Fruita	SOPA DE BROU DE CARN  PALOMETA AMB ENFARINAT CASOLÀ  <u>ENSALADA VARIADA</u>  IOGURT / FRUITA  Suggestiment de sopar: Crema de verdures i falafel de ciurons amb tomàtiga / Fruita	CREMA DE PASTANAGA  POLLASTRE AL CURRI  ARRÒS INTEGRAL  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Quiche casolà variat / Fruita
20	21	22	23	24
CREMA DE CARABASSÍ  ARRÒS A LA CUBANA  OUS FREGITS  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita	FIDEUS DE CASETA  BACALLÀ ENFARINAT CASOLÀ  ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES  FRUITA CÍTRICA  Suggestiment de sopar: Crema de carabassa i raoles de verdures / Fruita	ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES  POLLASTRE ROSTIT  PATATES ROSTIDES  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA ( <u>bacon sense proteïna de soja</u> )  GALLINETA AL FORN  <u>ENSALADA VARIADA AMB POMA</u>  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Crema de verdures i pa amb oli variat / Fruita	<u>CREMA DE CARABASSA I LLENTIES</u>  RODÓ D'INDIOT AMB SALSA DE VERDURES  ARRÒS BLANC  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Cuscús amb verdures variades i ciurons / Fruita
27	28	29	30	31
ENSALADA CÉSAR (lletuga, formatge, <u>crostons SENSE FRUITA SECA</u> , salsa césar)  MACARRONS INTEGRALS GRATINATS  AMB SALSA DE TONYINA  IOGURT / FRUITA  Suggestiment de sopar: Crema de verdures i llenguado enfarinat / Fruita	CREMA DE BRÒQUIL  LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE LLIMONA I MEL  PATATÓ  FRUITA CÍTRICA  Suggestiment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	SOPA DE BOLLIT  BOLLIT  (Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Cuscús amb pisto de verdures i lleties / Fruita	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES  TRUITA DE PATATA I CEBA  TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Sopa de pasta i salmó a la planxa amb carabassí / Fruita	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA  LLUÇ ENFARINAT CASOLÀ  ENSALADA VARIADA AMB OLIVES  FRUITA DE TEMPORADA  Suggestiment de sopar: Ensalada i quesadillas / Fruita
Menú sense Fruita seca amb closca: Ametlla, Anacard, Avellana, Cacauet, Castanyes, Festucs, Nous, Pinyons, Llavors de Carabassa, Girasol, Llí, Sèsam				

8		9		10	
<u>ESPIRALS INTEGRALS AMB ALL. OLI AROMÀTIQUES</u>		<u>PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u>		ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)	
<u>BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀTIGA</u>		LLIBRETS CASOLANS DE LLOM AMB <u>PERNÍL sense proteïna de soia</u> I FORMATGE		TRUITA A LA FRANCESA	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA		PATATES ROSTIDES		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
13		14		15	
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA		ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA		<u>PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u>	
TRUITA DE PATATA I CEBA		PAELLA DE PEIX I MARISC		HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA ( <u>sense proteïna de soia</u> )	
ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA		<u>(sense pèsols ni mongetes)</u>		CUSCÚS SALTAT AMB JULIVERT	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA	
16		17		Quiche casolà variat / Fruita	
SOPA DE BROU DE CARN		CREMA DE PASTANAGA			
PALOMETA AMB ENFARINAT CASOLÀ		POLLASTRE AL CURRI			
<u>ENSALADA VARIADA</u>		ARRÒS INTEGRAL			
IOGURT / FRUITA		FRUITA DE TEMPORADA			
20		21		22	
CREMA DE CARABASSÍ		FIDEUS DE CASETA		<u>PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u>	
ARRÒS A LA CUBANA		BACALLÀ ENFARINAT CASOLÀ		POLLASTRE ROSTIT	
OUS FREGITS		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES		PATATES ROSTIDES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
23		24			
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA ( <u>bacon sense proteïna de soia</u> )		<u>CREMA DE CARABASSA</u>		RODÓ D'INDIOT AMB SALSA DE VERDURES	
GALLINETA AL FORN		<u>ENSALADA VARIADA AMB POMA</u>		ARRÒS BLANC	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA	
27		28		29	
ENSALADA CÉSAR (lletuga, formatge, <u>crostons SENSE FRUITA SECA</u> , salsa césar)		CREMA DE BRÒQUIL		SOPA DE BOLLIT	
MACARRONS INTEGRALS GRATINATS		LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE LLIMONA I MEL		BOLLIT	
AMB SALSA DE TONYINA		PATATÓ		(Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)	
IOGURT / FRUITA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
30		31			
<u>PURÉ DE VERDURES (sense pèsols ni mongetes)</u>		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA			
TRUITA DE PATATA I CEBA		LLUÇ ENFARINAT CASOLÀ			
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA			

Menú sense Fruita seca amb closca: Ametlla, Anacard, Avellana, Cacauet, Castanyes, Festucs, Nous, Pinyons, Llavors de Carabassa, Girasol, Llí, Sèsam

8		9		10	
<u>PASTA especial sense gluten AL PESTO</u>		<u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</u>		ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)	
<u>BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀTIGA</u>		<u>LLOM A LA PLANXA AMB PERNIL I FORMATGE</u>		TRUITA A LA FRANCESA	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA		PATATES ROSTIDES		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita	
13		14		15	
<u>PASTA especial sense gluten A LA NAPOLITANA</u>		ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA		<u>PURÉ DE VERDURES</u>	
TRUITA DE PATATA I CEBA		PAELLA DE PEIX I MARISC		HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA	
ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA		FRUITA DE TEMPORADA		<u>PATATES ROSTIDES</u>	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA	
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç al forn amb quínoa / Fruita		Suggeriment de sopar: Bullit d'ou amb patata i verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i tonyina amb patata / Fruita	
20		21		22	
CREMA DE CARABASSÍ		<u>FIDEUS DE CASETA (PASTA especial sense gluten)</u>		ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	
ARRÒS A LA CUBANA		<u>BACALLÀ A LA PLANXA</u>		POLLASTRE ROSTIT	
OUS FREGITS		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES		PATATES ROSTIDES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i raodes de verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	
27		28		29	
<u>ENSALADA CÉSAR (lletuga, formatge, salsa césar)</u>		CREMA DE BRÒQUIL		<u>SOPA DE BOLLIT (PASTA especial sense gluten)</u>	
<u>PASTA sense gluten GRATINADA</u>		LLOM A LA PLANXA AMB SALSAS DE LLIMONA I MEL		BOLLIT	
<u>AMB SALSAS DE TONYINA</u>		PATATÓ		(Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)	
IOGURT / FRUITA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i llenguado enfarinat / Fruita		Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita		Suggeriment de sopar: Quínoa amb pisto de verdures i llenties / Fruita	
30		31		31	
<u>PURÉ DE VERDURES</u>		TRUITA DE PATATA I CEBA		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSAS DE TOMÀTIGA	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA		FRUITA DE TEMPORADA		<u>LLUÇ AL FORN</u>	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó a la planxa amb carabassí / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i quesadillas / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i quesadillas / Fruita	
Pasta, Mases de pizza, Derivats càrnis (embotits, salsitxes, hamburgueses, pilotes,...) Lactis, Fruita seca amb closca, Llegums, Espicis: Sense Gluten.					

		8	9	10
		<a href="#">PASTA especial sense gluten. AMB ALL, OLI AROMÀTIQUES</a>	<a href="#">CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA (sense lactis)</a>	ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)
		<a href="#">BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀTIGA</a>	<a href="#">LLOM A LA PLANXA</a>	TRUITA A LA FRANCESA
		TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA	PATATES ROSTIDES	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES
		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA
		Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada amb mozzarella de soja / Fruita
13	14	15	16	17
<a href="#">PASTA especial sense gluten A LA NAPOLITANA</a>	ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA	<a href="#">PURÉ DE VERDURES</a>	<a href="#">SOPA DE BROU DE CARN (PASTA especial sense gluten)</a>	<a href="#">CREMA DE PASTANAGA (sense lactis)</a>
TRUITA DE PATATA I CEBA	PAELLA DE PEIX I MARISC	<a href="#">HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA sense proteïna de llet ni lactosa</a>	<a href="#">PALOMETA A LA PLANXA</a>	POLLASTRE AL CURRI ( <a href="#">sense lactis</a> )
ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA		<a href="#">PATATES ROSTIDES</a>	ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA	ARRÒS INTEGRAL
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	IOGURT / FRUITA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç al forn amb quínoa / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit d'ou amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i tonyina amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i falafel de ciurons amb tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Broqueta de pollastre amb arròs / Fruita
20	21	22	23	24
<a href="#">CREMA DE CARABASSÍ</a>	<a href="#">FIDEUS DE CASETA (PASTA especial sense gluten)</a>	ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	<a href="#">PASTA especial sense gluten AMB TOMÀTIGA</a>	<a href="#">CREMA DE CARABASSA (sense lactis)</a>
ARRÒS A LA CUBANA	<a href="#">BACALLÀ A LA PLANXA</a>	POLLASTRE ROSTIT	GALLINETA AL FORN	RODÓ D'INDIOT AMB SALSA DE VERDURES
OUS FREGITS	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	PATATES ROSTIDES	ENSALADA VARIADA AMB POMA I NOUS	ARRÒS BLANC
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i raodes de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i pa amb oli variat / Fruita	Suggeriment de sopar: Quínoa amb verdures variades i ciurons / Fruita
27	28	29	30	31
<a href="#">ENSALADA VARIADA</a>	<a href="#">CREMA DE BRÒQUIL (sense lactis)</a>	<a href="#">SOPA DE BOLLIT (PASTA especial sense gluten)</a>	<a href="#">PURÉ DE VERDURES</a>	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA
<a href="#">PASTA sense gluten</a>	LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE LLIMONA I MEL	BOLLIT	TRUITA DE PATATA I CEBA	<a href="#">LLUÇ AL FORN</a>
<a href="#">AMB SALSA DE TONYINA</a>	PATATÓ	(Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES
IOGURT / FRUITA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i llenguado enfarinat / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Quínoa amb pisto de verdures i llenties / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó a la planxa amb carabassí / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i wraps / Fruita
Pasta, Mases de pizza, Derivats càrnis (embotits, salsitxes, hamburgueses, pilotes,...) Lactis, Fruita seca amb closca, Llegums, Espicis: Sense Gluten.				
Cremes de verdures, Puré de patata, Derivats càrnis (embotits, hamburguesa, salsitxes, pilotes): Sense proteïna de Llet ni Lactosa.				



		8	9	10
		<a href="#"><u>ESPIRALS INTEGRALS AMB ALL, OLLI AROMÀTIQUES</u></a>	<a href="#"><u>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUMS (sense lactis)</u></a>	ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)
		<a href="#"><u>BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀTIGA</u></a>	<a href="#"><u>LLOM A LA PLANXA</u></a>	TRUITA A LA FRANCESA
		TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA	PATATES ROSTIDES	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES
		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA
		Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita	Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada amb mozzarella de soia / Fruita
13	14	15	16	17
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA	ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES	SOPA DE BROU DE CARN	<a href="#"><u>CREMA DE PASTANAGA (sense lactis)</u></a>
TRUITA DE PATATA I CEBA	PAELLA DE PEIX I MARISC	<a href="#"><u>HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA sense proteïna de llet ni lactosa</u></a>	PALOMETA AMB ENFARINAT CASOLÀ	POLLASTRE AL CURRI <a href="#"><u>(sense lactis)</u></a>
ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA		CUSCÚS SALTAT AMB JULIVERT	ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA	ARRÒS INTEGRAL
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	<a href="#"><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></a>	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç al forn amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit d'ou amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i tonyina amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i falafel de ciurons amb tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Broqueta de pollastre amb arròs / Fruita
20	21	22	23	24
<a href="#"><u>CREMA DE CARABASSÍ</u></a>	FIDEUS DE CASETA	ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	<a href="#"><u>ESPAGUETIS INTEGRALS AMB TOMÀTIGA</u></a>	<a href="#"><u>CREMA DE CARABASSA I LLENTIES (sense lactis)</u></a>
ARRÒS A LA CUBANA	BACALLÀ ENFARINAT CASOLÀ	POLLASTRE ROSTIT	GALLINETA AL FORN	RODÓ D'INDIOT AMB SALSA DE VERDURES
OUS FREGITS	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	PATATES ROSTIDES	ENSALADA VARIADA AMB POMA I NOUS	ARRÒS BLANC
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i raoles de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i pa amb oli variat / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures variades i ciurons / Fruita
27	28	29	30	31
<a href="#"><u>ENSALADA VARIADA</u></a>	<a href="#"><u>CREMA DE BRÒQUIL (sense lactis)</u></a>	SOPA DE BOLLIT	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA
<a href="#"><u>MACARRONS INTEGRALS</u></a>	LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE LLIMONA I MEL	BOLLIT	TRUITA DE PATATA I CEBA	LLUÇ ENFARINAT CASOLÀ
<a href="#"><u>AMB SALSA DE TONYINA</u></a>	PATATÓ	(Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES
<a href="#"><u>FRUITA DE TEMPORADA</u></a>	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i llenguado enfarinat / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb pisto de verdures i lleties / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó a la planxa amb carabassí / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i wraps / Fruita
Cremes de verdures, Puré de patata, Derivats càrnis (embotits, hamburguesa, salsitxes, pilotes): Sense proteïna de Llet ni Lactosa.				

8		9		10	
<u>PASTA especial sense ou AL PESTO (formatge sense ou)</u>		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUMS		ARRÒS MARINERA AMB SÍPIA I GAMBES (Infantil sense sípia)	
<u>BACALLÀ AL FORN AMB TOMÀTIGA</u>		<u>LLOM A LA PLANXA</u>		<u>POLLASTRE A LA PLANXA</u>	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA		PATATES ROSTIDES		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba vegana / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita	
13		14		15	
<u>PASTA especial sense ou A LA NAPOLITANA</u>		ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA I TONYINA		LLENTIES CUINADES AMB VERDURES	
<u>LLOM A LA PLANXA</u>		PAELLA DE PEIX I MARISC		<u>HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA sense proteïna d'ou</u>	
ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA		FRUITA DE TEMPORADA		CUSCÚS SALTAT AMB JULIVERT	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA	
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç al forn amb cuscús / Fruita		Suggeriment de sopar: Bullit de carn amb patata i verdures / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i tonyina amb patata / Fruita	
20		21		22	
CREMA DE CARABASSÍ		<u>FIDEUS DE CASETA (PASTA especial sense ou)</u>		ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	
<u>ARRÒS AMB SALSA BOLONYESA</u>		<u>BACALLÀ AL FORN</u>		POLLASTRE ROSTIT	
<u>(carn picada sense ou)</u>		ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES		PATATES ROSTIDES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita		Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i croquetes casolanes / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba vegana / Fruita	
27		28		29	
<u>ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA</u>		CREMA DE BRÒQUIL		<u>SOPA DE BOLLIT (PASTA especial sense ou)</u>	
<u>PASTA especial sense ou GRATINADA (formatge sense ou)</u>		LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE LLIMONA I MEL		BOLLIT	
<u>AMB SALSA DE TONYINA</u>		PATATÓ		(Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)	
IOGURT / FRUITA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i llenguado enfarinat / Fruita		Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i pollastre amb ensalada / Fruita		Suggeriment de sopar: Cuscús amb pisto de verdures i llenties / Fruita	
30		31			
LLENTIES CUINADES AMB VERDURES		ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA			
<u>LLOM A LA PLANXA</u>		<u>LLUÇ AL FORN</u>			
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES			
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA DE TEMPORADA			
Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i salmó a la planxa amb carabassí / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada i quesadillas / Fruita			

Pasta especial sense traçes d'ou; Formatges sense ou; Embotits i Processats carnis sense ou.

8		9		10	
ESPIRALS INTEGRALS AL PESTO		CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA I LLEGUMS		<b>ARRÒS AMB TOMÀTIGA</b>	
<b>POLLASTRE A LA PLANXA</b>		LLIBRETS CASOLANS DE LLOM AMB PERNIL I FORMATGE		TRUITA A LA FRANCESA	
TOMÀTIGA TREMPADA AMB ALFABAGUERA		PATATES ROSTIDES		ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
FRUITA DE TEMPORADA		FRUITA CÍTRICA		FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Llom al forn amb patata, pastanaga i porros / Fruita		Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i ceba / Fruita		Suggeriment de sopar: Pizza casolana variada / Fruita	
13	14	15	16	17	
ESPAGUETIS INTEGRALS A LA NAPOLITANA	<b>ENSALADA VARIADA AMB REMOLATXA</b>	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES	SOPA DE BROU DE CARN	CREMA DE PASTANAGA	
TRUITA DE PATATA I CEBA	<b>PAELLA DE CARN I VERDURES</b>	HAMBURGUESA DE VEDELLA A LA PLANXA	<b>TRUITA DE PATATA I CEBA</b>	POLLASTRE AL CURRI	
ENSALADA VARIADA AMB API I PASTANAGA		CUSCÚS SALTAT AMB JULIVERT	ENSALADA VARIADA AMB PIPES DE CARABASSA	ARRÒS INTEGRAL	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	IOGURT / FRUITA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i falàfel de ciurons amb cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Bullit d'ou amb patata i verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i llom amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i falàfel de ciurons amb tomàtiga / Fruita	Suggeriment de sopar: Quiche casolà variat / Fruita	
20	21	22	23	24	
CREMA DE CARABASSÍ	FIDEUS DE CASETA	ESTOFAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES	ESPAGUETIS INTEGRALS A LA CARBONARA	CREMA DE CARABASSA I LLENTIES	
ARRÒS A LA CUBANA	<b>TRUITA A LA FRANCESA</b>	POLLASTRE ROSTIT	<b>LLOM A LA PLANXA</b>	RODÓ D'INDIOT AMB SALSA DE VERDURES	
OUS FREGITS	ENSALADA VARIADA AMB BLAT DE LES ÍNDIES	PATATES ROSTIDES	ENSALADA VARIADA AMB POMA I NOUS	ARRÒS BLANC	
FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Llom al forn amb ceba, tomàtiga, carabassa i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de carabassa i raoles de verdures / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i truita de patata i coliflor / Fruita	Suggeriment de sopar: Crema de verdures i pa amb oli variat / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures variades i ciurons / Fruita	
27	28	29	30	31	
<b>ENSALADA (lletuga, formatge, crostons)</b>	CREMA DE BRÒQUIL	SOPA DE BOLLIT	LLENTIES CUINADES AMB VERDURES	ARRÒS INTEGRAL AMB SALSA DE TOMÀTIGA	
<b>MACARRONS INTEGRALS GRATINATS</b>	LLOM A LA PLANXA AMB SALSA DE Llimona I MEL	BOLLIT	TRUITA DE PATATA I CEBA	<b>POLLASTRE A LA PLANXA</b>	
<b>AMB SALSA DE TOMÀTIGA</b>	PATATÓ	(Pollastre, Patata, Mongetes, Pastanaga)	TOMÀTIGA TREMPADA AMB ORENGA	ENSALADA VARIADA AMB OLIVES	
IOGURT / FRUITA	FRUITA CÍTRICA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
Suggeriment de sopar: Crema de verdures i pollastre amb espinacs / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús amb pisto de verdures i lleties / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i llom a la planxa amb carabassí / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada i quesadillas / Fruita	