

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons)</p> <p>2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB PISTONS (1, T6, 9, T10)</p> <p>2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10)</p> <p>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet)</p> <p>2P BASTONETS DE POLLASTRE ARREBOSSAT AMB "QUICOS" (1, 3, 5, 8, 10)</p> <p>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 2, 3, T4 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">6</p>	
<p>1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES</p> <p>2P CROQUETES GOURMETS DE CARN D'OLLA (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR</p> <p>2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (1)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)</p> <p>2P POLLASTRE EN ESCABETX DE TARONJA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>1P FUSSILS AMB SALSA DE PERA,CARBASSÓ I FORMATGE (1, 7)</p> <p>2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">13</p>	
<p>1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1)</p> <p>2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3)</p> <p>GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P POLLASTRE EN PEPITORIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9)</p> <p>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS (1, 9, 12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)</p> <p>2P BURRITOS DE POLLASTRE (1, 10)</p> <p>GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">20</p>	
<p>1P FUSSILS AMB SALSA ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (1, 3, 7, 12)</p> <p>2P HAMBURGUESES VEGETALS DE TOFU, BOLETS I POMA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P FRICANDÓ DE VEDELLA</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional)</p> <p>2P POLLASTRE AMB SALSA BARBACOA (12)</p> <p>GU PATATES FREGIDES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>2P TRUITA DE BUTIFARRA D'OU (1, 3, 6, 7, 10, 12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO POSTRE DE CARNESTOLTES* (3, 7)</p> <p style="text-align: right;">27</p>	

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons)</p> <p>2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB PISTONS sense gluten (T6, 9, T10)</p> <p>2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN sense gluten (6, 10)</p> <p>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet)</p> <p>2P BASTONETS DE POLLASTRE ARREBOSSAT sense gluten (3, 5, 8, 10)</p> <p>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>1P MINISTRA DE VERDURES</p> <p>ESPAGUETIS sense gluten A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES sense gluten (2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14)</p> <p>2P FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>Festiu</p>
<p>1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES</p> <p>2P CROQUETES sense gluten (7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR</p> <p>2P LLENTIES sense gluten ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba, alls i pebrots)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)</p> <p>2P POLLASTRE EN ESCABETX DE TARONJA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>1P FUSSILIS sense gluten AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ I FORMATGE (T6, 7, T10)</p> <p>2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, alls i pebrots)</p> <p>2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4)</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">14</p>
<p>1P LLENTIES sense gluten GUISADES AMB HORTALISSES</p> <p>2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3)</p> <p>GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P POLLASTRE AMB SALSA DE CEBA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB GALETES sense gluten (T6, 9, T10)</p> <p>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS sense gluten (9, 12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)</p> <p>2P DAUS DE POLLASTRE SALTEJATS AMB PEBROT I CEBA</p> <p>GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN</p> <p>2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4)</p> <p>GU BASTONETS DE PASTANAGA EN TEMPURA sense gluten (3, 7)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">21</p>
<p>1P FUSSILIS sense gluten AMB SALSA ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (3, 7, 12)</p> <p>2P HAMBURGUESES VEGETALS DE TOFU, BOLETES I POMA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>1P MINISTRA DE VERDURES</p> <p>2P FRICANDÓ DE VEDELLA</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional)</p> <p>2P POLLASTRE AMB SALSA BARBACOA (12)</p> <p>GU PATATES FREGIDES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO POSTRE DE CARNESTOLTES* (3, 7)</p> <p style="text-align: right;">27</p>	<p>Festiu</p>

DILLUNS

DIMARTS






DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons)</p> <p>2P LLOM A LA PLANXA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB PISTONS (1, T6, 9, T10)</p> <p>2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10)</p> <p>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet)</p> <p>2P BASTONETS DE POLLASTRE ARREBOSSAT sense ou (1, 5, 8, 10)</p> <p>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P ESPAGUETIS sense ou A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES sense ou (1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">6</p>		
<p>1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES</p> <p>2P LLOM ARREBOSSAT (1)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR</p> <p>2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (1)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)</p> <p>2P POLLASTRE EN ESCABETX DE TARONJA (12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>1P FUSSILIS AMB SALSA DE PERA,CARBASSÓ I FORMATGE (1, 7)</p> <p>2P GALL DINDI SALTEJAT</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">13</p>		
<p>1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1)</p> <p>2P GALL DINDI A LA PLANXA</p> <p>GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P POLLASTRE EN PEPITORIA sense ou (1, 5, 6, 7, 8, 9, 11)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9)</p> <p>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS (1, 9, 12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)</p> <p>2P BURRITOS DE POLLASTRE (1, 10)</p> <p>GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">20</p>		
<p>1P FUSSILIS AMB A LA NAPOLITANA (1, 7, 12)</p> <p>2P HAMBURGUESES VEGETALS DE TOFU, BOLETS I POMA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P FRICANDÓ DE VEDELLA</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional)</p> <p>2P POLLASTRE AMB SALSA BARBACOA (12)</p> <p>GU PATATES FREGIDES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>2P LLOM A LA PLANXA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO POSTRE DE CARNESTOLTES* sense ou (7)</p> <p style="text-align: right;">27</p>		



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS ... 3	1P BROU CASOLÀ AMB PISTONS (1, T6, 9, T10) 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU DAUS DE PATATES SALTEJADES PO FRUITA DEL TEMPS ... 4	1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) 2P BASTONETS DE POLLASTRE ARREBOSSAT AMB "QUICOS" (1, 3, 5, 8, 10) GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES PO IOGURT (7) ... 5	1P MINESTRA DE VERDURES 2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14) PO FRUITA DEL TEMPS ... 6	
1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES LLOM ARREBOSSAT (1, 3) 2P AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES GU PO FRUITA DEL TEMPS ... 10	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (1) PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P POLLASTRE EN ESCABETX DE TARONJA GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS ... 12	1P FUSSILS AMB SALSA DE PERA,CARBASSÓ I FORMATGE (1, 7) 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET PO IOGURT (7) ... 13	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS ... 14
1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1) 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS ... 17	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P POLLASTRE EN PEPITORIA (1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA PO IOGURT (7) 18	1P BROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9) 2P DAUS DE LLOM ESTOFATS (1, 9, 12) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P BURRITOS DE POLLASTRE (1, 10) GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7) PO FRUITA DEL TEMPS 20	1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN 2P REMENAT D'OU AMB VERDURES (3) GU BASTONETS DE PASTANAGA EN TEMPURA (1, 3, 7) PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P FUSSILS AMB SALSA ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (1, 3, 7, 12) 2P HAMBURGUESES VEGETALS DE TOFU, BOLETS I POMA GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P MINESTRA DE VERDURES 2P FRICANDÓ DE VEDELLA GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS  25	1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional) 2P POLLASTRE AMB SALSA BARBACOA (12) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS ...  26	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE BUTIFARRA D'OU (1, 3, 6, 7, 10, 12) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES PO POSTRE DE CARNESTOLTES* (3, 7)  27	



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1P ARRÓS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons)</p> <p>2P TRUITA DE FORMATGE sense lactosa (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB PISTONS (1, T6, 9, T10)</p> <p>2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10)</p> <p>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet)</p> <p>2P BASTONETS DE POLLASTRE ARREBOSSAT AMB "QUICOS" (1, 3, 5, 8, 10)</p> <p>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES</p> <p>PO IOGURT sense lactosa</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES sense lactosa (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 13, 14)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>Festiu</p>
<p>1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES</p> <p>2P LLOM ARREBOSSAT (1, 3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR</p> <p>2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (1)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)</p> <p>2P POLLASTRE EN ESCABETX DE TARONJA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>1P FUSSILIS AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ I FORMATGE sense lactosa (1)</p> <p>2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET</p> <p>PO IOGURT sense lactosa</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots)</p> <p>2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4)</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">14</p>
<p>1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1)</p> <p>2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3)</p> <p>GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P POLLASTRE EN PEPITORIA sense lactosa (1, 3, 5, 6, 8, 9, 11)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA</p> <p>PO IOGURT sense lactosa</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9)</p> <p>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS (1, 9, 12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)</p> <p>2P BURRITOS DE POLLASTRE (1, 10)</p> <p>GU TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN</p> <p>2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4)</p> <p>GU BASTONETS DE PASTANAGAAL FORN</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">21</p>
<p>1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA sense lactosa (1, 3, T6, T10, 12)</p> <p>2P HAMBURGUESES VEGETALS DE TOFU, BOLETS I POMA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P FRICANDÓ DE VEDELLA</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional)</p> <p>2P POLLASTRE AMB SALSA BARBACOA (12)</p> <p>GU PATATES FREGIDES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO POSTRE DE CARNESTOLTES sense lactosa * (3)</p> <p style="text-align: right;">27</p>	<p>Festiu</p>
<p>28</p>				



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons)</p> <p>2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB PISTONS (1, T6, 9, T10)</p> <p>2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10)</p> <p>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet)</p> <p>2P BASTONETS DE POLLASTRE ARREBOSSAT (1, 3)</p> <p>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>Festiu</p>
<p>1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES</p> <p>2P LLOM ARREBOSSAT (1, 3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR</p> <p>2P LLENTIES ESTOFADES CANSALADA I XORIÇO (sofregit de ceba,alls i pebrots) (1)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)</p> <p>2P POLLASTRE EN ESCABETX DE TARONJA (12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>1P FUSSILS AMB SALSA DE PERA,CARBASSÓ I FORMATGE (1, 7)</p> <p>2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots)</p> <p>2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4)</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">14</p>
<p>1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1)</p> <p>2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3)</p> <p>GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P POLLASTRE AMB SALSA DE CEBA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>1P BROU CASOLÀ AMB GALETS (1, 9)</p> <p>2P DAUS DE LLOM ESTOFATS (1, 9, 12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata)</p> <p>2P BURRITOS DE POLLASTRE (1, 10)</p> <p>GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN</p> <p>2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4)</p> <p>GU BASTONETS DE PASTANAGA EN TEMPURA (1, 3, 7)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">21</p>
<p>1P FUSSILS AMB SALSA ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (1, 3, 7, 12)</p> <p>2P HAMBURGUESES VEGETALS DE TOFU, BOLETS I POMA</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P FRICANDÓ DE VEDELLA</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional)</p> <p>2P POLLASTRE AMB SALSA BARBACOA (12)</p> <p>GU PATATES FREGIDES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>2P TRUITA DE BUTIFARRA D'OU (1, 3, 6, 7, 10, 12)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO POSTRE DE CARNESTOLTES* (3, 7)</p> <p style="text-align: right;">27</p>	<p>Festiu</p>
				28

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1P ARRÒS SALTEJAT AMB VERDURETES (ceba, porro, mongeta verda, pastanaga i xampinyons)</p> <p>2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1P SOPA DE VERDURES AMB PISTONS (1, 9, T6, T10)</p> <p>2P HAMBURGUESES VEGETALS</p> <p>GU DAUS DE PATATES SALTEJADES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>1P CIGRONS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet)</p> <p>2P CROQUETES D'ESPINACS (1, 2, 3, 4, 6, 7, 14)</p> <p>GU TOMÀQUET I OLIVES NEGRES AMANIDES</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, T3, T6, T10)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>Festiu</p>
<p>1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES</p> <p>2P TRUITA CAMPESINA (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR</p> <p>2P LLENTIES ESTOFADES (sofregit de ceba, alls i pebrots) (1)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba)</p> <p>2P TOFU AL FORN (ceba i tomàquet natural) (1, 6, 9, 10, 11)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>1P FUSSILS AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ I FORMATGE (1, 7)</p> <p>2P REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I TOMÀQUET</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, alls i pebrots)</p> <p>2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4)</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">14</p>
<p>1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1)</p> <p>2P TRUITA A LA FRANCESA (3)</p> <p>GU TOMÀQUETS CHERRYS AMB BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P CIGRONS AMB VERDURES</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, BLAT DE MORO I REMOLATXA</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>1P SOPA DE VERDURES AMB PISTONS (1, 9, T6, T10)</p> <p>2P TRUITA DE XAMPINYONS I ALBERGÍNIA (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>1P CREMA DE VERDURES</p> <p>2P BURRITOS DE SOJA TEXTURITZADA (1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14)</p> <p>GU TOMÀQUET AMANIT AMB FORMATGE EMMENTAL (7)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>1P ARRÒS TRES DELÍCIES D'HIVERN</p> <p>2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4)</p> <p>GU BASTONETS DE PASTANAGA EN TEMPURA (1, 3, 7)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">21</p>
<p>1P FUSSILS AMB SALSA ALFREDO (formatge parmesà i mantega) (1, 3, 7, 12)</p> <p>2P HAMBURGUESES VEGETALS</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES</p> <p>2P FRICANDÓ DE SEITAN (1, 6)</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>1P CREMA DE CARBASSA AMB PIPES (opcional)</p> <p>2P TOFU AL FORN AMB BARBACAOA (1, 6, 9, 10, 11)</p> <p>GU PATATES FREGIDES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, PASTANAGA I OLIVES NEGRES</p> <p>PO POSTRE DE CARNESTOLTES* (3, 7)</p> <p style="text-align: right;">27</p>	<p>Festiu</p>



LA TEVA DIETA DIÀRIA

ESMORZARS I BERENARS SALUDABLES



completa la teva alimentació diària amb un sopar adequat

QUÈ MENGEM PER SOPAR?

Prepara el sopar amb aliments que no s'hagin consumit en el menjar elaborats de manera lleugera i simple

SI HAN MENJAT

PODEN SOPAR

Verdures i Hortalisses	Verdures i Hortalisses crues o cuinades
Patata o moniato	Pasta, arròs, pa o altres cereals
Pasta, arròs, pa o altres cereals	Patata o moniato
Llegums	Peix, Ou o Carn
Carn blanca o vermella	Peix, Ous o Llegums
Peix blanc o blau	Carn blanca, Ous o Llegums
Ous	Carn blanca, Peix o Llegums
Fruita Fresca	Fruita Fresca o Làctic
Làctic	Fruita Fresca

OFERIM MENÚS..



PER CARNAVAL ...

TROMPE-L'œil · TRAMPANTOJO · ENGANYATALL

És una tècnica artística que crea la il·lusió òptica de la realitat, enganyant la vista de l'observador.

Plantes aromàtiques



Menta

Galetes picades

logurt + sobre kraft

logurt

Prèssec

Bastonets de poma

Ous ferrats amb patates