


DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10)</p> <p>2P CROQUETES GOURMETS DE CARN D'OLLA (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11)</p> <p>GU PÈSOLS SALTEJATS</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10)</p> <p>GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10)</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>1P LLENTIES GUISADES (1)</p> <p>2P TRUITA DE PATATES (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>1P CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</p> <p>2P POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB PEBROT VERMELL I PASTANAGA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda, xampinyons, pastanagues i pèsols)</p> <p>2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4)</p> <p>GU TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">7</p>
<p>1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR</p> <p>2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES</p> <p>2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>1P CREMA DE PASTANAGA</p> <p>2P POLLASTRE A LES FINES HERBES (9)</p> <p>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS (1, 9, T6, T10)</p> <p>2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS (1)</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>1P CIGRONS AMB VERDURES</p> <p>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (2, 4, 14)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">14</p>
<p>1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7)</p> <p>2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) (1, 7)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES AMB PATATA (carbassó, pastanaga i mongeta verda)</p> <p>2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>2P POLLASTRE A L'ALLET</p> <p>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>1P FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) AMB ALL I OLI (opcional) (1, 2, 3, 4, 9, 14, T4, T6, T10)</p> <p>2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4)</p> <p>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">21</p>
<p>1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET (6, 12)</p> <p>GU PASTANAGA BULLIDA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA</p> <p>2P LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) (1)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL-LITZADA (1, T6, T10)</p> <p>2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10)</p> <p>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO</p> <p>PO IOGURT (7)</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>1P MACARRONS A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) (1, 7, T6, T10)</p> <p>2P TRUITA DE PATATES (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">27</p>	<p>1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3)</p> <p>2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4)</p> <p>GU PATATES FREGIDES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">28</p>
<p>1P AMANIDA DE FUSSILIS (tomàquet, olives verdes, blat de moro i orenga) (1, T6, T10)</p> <p>2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3)</p> <p>GU CARBASSÓ A LA PLANXA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">31</p>	<p> L'ART DE LES PLANTES AROMÀTIQUES</p>			

MARÇ (sense gluten)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P FUSSILIS sense gluten A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) (7, T3, T6, T10) 2P CROQUETES sense gluten (7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN sense gluten (6, 10) GU ARRÒS SALTEJAT PO IOGURT (7) 4	1P LLENTIES GUISADES sense gluten 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) 2P AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB PEBROT VERMELL I PASTANAGA GU PEBROT VERMELL I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda, xampinyons, pastanagues i pèsols) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ESPAGUETIS sense gluten A LA 2P BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES sense gluten (6, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CREMA DE PASTANAGA 2P POLLASTRE A LES FINES HERBES (9) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7) 12	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PASTA sense gluten (9, T6, T10) 2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS sense gluten GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P CIGRONS AMB VERDURES BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (2, 4, 14) 2P AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES GU OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 14
1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P PIZZA CASOLANA sense gluten DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) (7) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P MINESTRA DE VERDURES AMB PATATA (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES POLLASTRE A L'ALLET 2P AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO GU TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 20	1P FIDEUÀ sense gluten MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) AMB ALL I OLI (opcional) (2, 3, 4, 9, 14, T4, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA sense gluten (4) 3P AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO GU TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET (6, 12) GU PASTANAGA BULLIDA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P LLENTIES sense gluten ESTOFADES AMB ARRÒS (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P PASTA sense gluten AMB CARBASSÓ I CEBA CARAMEL-LITZADA 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS sense gluten (3, 6, 10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 26	1P MACARRONS sense gluten A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) (7, T6, T10) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 27	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 28
1P AMANIDA DE FUSSILIS sense gluten (tomàquet, olives verdes, blat de moro i orenga) (T6, T10) 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU CARBASSÓ A LA PLANXA PO FRUITA DEL TEMPS 31	* L'ART DE LES PLANTES AROMÀTIQUES			

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P FUSSILIS sense ou A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T6, T10) 2P LLOM ARREBOSSAT sense ou (1) GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO IOGURT (7) 4	1P LLENTIES GUISADES (1) 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) 2P AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB PEBROT VERMELL I PASTANAGA GU PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda, xampinyons, pastanagues i pèsols) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL 2P DE LLENTIES (1, 6, T1, T2, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P LLOM A LA PLANXA GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CREMA DE PASTANAGA 2P POLLASTRE A LES FINES HERBES (9) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7) 12	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS (1, 9, T6, T10) 2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS (1) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P CIGRONS AMB VERDURES BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (2, 4, 14) 2P AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES GU PO FRUITA DEL TEMPS 14
1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) (1, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P MINESTRA DE VERDURES AMB PATATA (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P DAUS DE GALL DINDI SALTEJATS GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES POLLASTRE A L'ALLET 2P AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO GU PO IOGURT (7) 20	1P FIDEUÀ sense ou MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) (1, 2, 4, 9, 14, T4, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET (6, 12) GU PASTANAGA BULLIDA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) (1) PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL-LITZADA (1, T6, T10) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS sense ou (1, 6, 10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 26	1P MACARRONS A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) (1, 7, T6, T10) 2P GALL DINDI AMB HERBES PROVENÇALS GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 27	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, pèsols i pastanaga) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 28
1P AMANIDA DE FUSSILIS (tomàquet, olives verdes, blat de moro i orenga) (1, T6, T10) 2P POLLASTRE A LA PLANXA GU CARBASSÓ A LA PLANXA PO FRUITA DEL TEMPS 31	* L'ART DE LES PLANTES AROMÀTIQUES			

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2P LLOM ARREBOSSAT (1, 3) GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P GALL DINDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO IOGURT (7) 4	1P LLENTIES GUISADES (1) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) 2P AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB PEBROT VERMELL I PASTANAGA GU PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda, xampinyons, pastanagues i pèsols) 2P TRUITA DE FORMATGE (3, 7) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, 6, T1, T2, T3, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) 2P PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CREMA DE PASTANAGA 2P POLLASTRE A LES FINES HERBES (9) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7) 12	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS (1, 9, T6, T10) 2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS (1) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P CIGRONS AMB VERDURES 2P DAUS DE GALL DINDI SALTEJAT AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES GU PO FRUITA DEL TEMPS 14
1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) (1, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P MINESTRA DE VERDURES AMB PATATA (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES POLLASTRE A L'ALLET 2P AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO GU PO IOGURT (7) 20	1P FIDEUÀ DE VERDURES (1, 2, 3, 9, 14, T6, T10) 2P REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS (3) AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO GU PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET (6, 12) 2P GU PASTANAGA BULLIDA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) (1) PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL-LITZADA (1, T6, T10) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 26	1P MACARRONS A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) (1, 7, T6, T10) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 27	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3) 2P LLOM A LA PLANXA GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 28
AMANIDA DE FUSSILIS (tomàquet, olives verdes, blat de moro i orenga) (1, T6, T10) 1P 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU CARBASSÓ A LA PLANXA PO FRUITA DEL TEMPS 31	* L'ART DE LES PLANTES AROMÀTIQUES			

MARÇ (sense lactosa)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

<p>1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) sense lactosa (1, T3, T6, T10)</p> <p>2P LLOM ARREBOSSAT (1, 3)</p> <p>GU PÈSOLS SALTEJATS</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10)</p> <p>GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10)</p> <p>PO IOGURT sense lactosa</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>1P LLENTIES GUISADES (1)</p> <p>2P TRUITA DE PATATES (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p>1P CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA</p> <p>2P POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB PEBROT VERMELL I PASTANAGA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p>1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda, xampinyons, pastanagues i pèsols)</p> <p>2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4)</p> <p>GU TOMÀQUET AMANIT</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">7</p>
<p>1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR</p> <p>2P ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T8, T9, T10, T11, T13, T14)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES</p> <p>2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>1P CREMA DE PASTANAGA</p> <p>2P POLLASTRE A LES FINES HERBES (9)</p> <p>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA</p> <p>PO IOGURT sense lactosa</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS (1, 9, T6, T10)</p> <p>2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS (1)</p> <p>GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>1P CIGRONS AMB VERDURES</p> <p>2P BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (2, 4, 14)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">14</p>
<p>1P CREMA DE PUERROS</p> <p>2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, FORMATGE sense lactosa i olives) (1)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>1P MINESTRA DE VERDURES AMB PATATA (carbassó, pastanaga i mongeta verda)</p> <p>2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>1P ARRÒS AMB SALS DE TOMÀQUET (sofregit casolà)</p> <p>2P TRUITA DE FORMATGE sense lactosa (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 FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES</p> <p>2P POLLASTRE A L'ALLET</p> <p>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO</p> <p>PO IOGURT sense lactosa</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>1P FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) AMB ALL I OLI (opcional) (1, 2, 3, 4, 9, 14, T4, T6, T10)</p> <p>2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4)</p> <p>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">21</p>
<p>1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES</p> <p>2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALS DE TOMÀQUET (6, 12)</p> <p>GU PASTANAGA BULLIDA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA</p> <p>2P LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) (1)</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL-LITZADA (1, T6, T10)</p> <p>2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10)</p> <p>GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO</p> <p>PO IOGURT sense lactosa</p> <p style="text-align: right;">26</p>	<p>1P MACARRONS A LA AMATRICIANA (tomàquet i bacó) (1, T6, T10)</p> <p>2P TRUITA DE PATATES (3)</p> <p>GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">27</p>	<p>1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3)</p> <p>2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4)</p> <p>GU PATATES FREGIDES</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">28</p>
<p>1P AMANIDA DE FUSSILIS (tomàquet, olives verdes, blat de moro i orenga) (1, T6, T10)</p> <p>2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3)</p> <p>GU CARBASSÓ A LA PLANXA</p> <p>PO FRUITA DEL TEMPS</p> <p style="text-align: right;">31</p>	<p> L'ART DE LES PLANTES AROMÀTIQUES</p>			

MARÇ (sense fruits secs)

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2P LLOM ARREBOSSAT (1, 3) GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P GALL D'INDI MARINAT AL FORN (curri, mostassa, farigola i julivert) (1, 6, 10) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, T6, T10) PO IOGURT (7) 4	1P LLENTIES GUISADES (1) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) 2P AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB PEBROT VERMELL I PASTANAGA GU PEBROT VERMELL I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda, xampinyons, pastanagues i pèsols) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL DE LLENTIES (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T9, T10, T11, T13, T14) 2P DE LLENTIES (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T9, T10, T11, T13, T14) PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB PERNIL SALAT (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CREMA DE PASTANAGA 2P POLLASTRE A LES FINES HERBES (9) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7) 12	1P BROU CASOLÀ D'AU I VERDURES AMB PISTONS (1, 9, T6, T10) 2P DAUS DE VEDELLA ESTOFATS (1) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P CIGRONS AMB VERDURES BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (2, 4, 14) 2P AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 14
1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) 2P PIZZA CASOLANA DE PERNIL (salsa de tomàquet, mozzarella i olives) (1, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P MINESTRA DE VERDURES AMB PATATA (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P LLOM A LES FINES HERBES (amb farigola, julivert i romaní) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES POLLASTRE A L'ALLET 2P AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 20	1P FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) AMB ALL I OLI (opcional) (1, 2, 3, 4, 9, 14, T4, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE TOMÀQUET (6, 12) GU PASTANAGA BULLIDA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) (1) PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CAMEL-LITZADA (1, T6, T10) 2P FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS AMB PANKO (1, 3, 6, 10) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 26	1P MACARRONS A LA CARBONARA (crema de llet i bacó) (1, 7, T6, T10) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 27	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 28
1P AMANIDA DE FUSSILIS (tomàquet, olives verdes, blat de moro i orenga) (1, T6, T10) 2P TRUITA DE PERNIL CUIT (3) GU CARBASSÓ A LA PLANXA PO FRUITA DEL TEMPS 31	1P L'ART DE LES PLANTES AROMÀTIQUES 31			

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1P FUSSILIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomàquet casolana) (1, 7, T3, T6, T10) 2P CROQUETES D'ESPINACS (1, 7, T2, T3, T4, T6, T14) GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DEL TEMPS 3	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P OUS AMB SAMFAINA (3, T3) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 7, T6, T10) PO IOGURT (7) 4	1P LLENTIES GUISADES AMB HORTALISSES (1) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 5	1P CREMA DE VERDURES HAMBURGUESA DE CIGRÓ A LA PLANXA 2P AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB PEBROT VERMELL I PASTANAGA GU PO FRUITA DEL TEMPS 6	1P PAELLA DE VERDURES (mongeta verda,xampinyons,pastanagues i pèsols) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU TOMÀQUET AMANIT PO FRUITA DEL TEMPS 7
1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR ESPAGUETIS A LA BOLONYESA VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, T1, T2, T3, T4, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T13, T14) 2P PO FRUITA DEL TEMPS 10	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P REMENAT D'OU AMB VERDURES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 11	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (1, 9) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO IOGURT (7) 12	1P BROU CASOLÀ DE VERDURES AMB PISTONS (1, 3, 9, T6, T10) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D' OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS 13	1P CIGRONS AMB VERDURES BACALLÀ AL FORN (amb ceba i tomàquet natural) (2, 4, 14) 2P AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES GU PO FRUITA DEL TEMPS 14
1P VICHYSOISE (crema de llet, porros i patates) (7) PIZZA CASOLANA DE VERDURES (salsa de tomàquet, mozzarella, albergínia, ceba, carbassó, xampinyons i olives) (1, 7) 2P GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS 17	1P MINESTRA DE VERDURES AMB PATATA (carbassó, pastanaga i mongeta verda) 2P REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 18	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA DE FORMATGE CASOLANA (3, 7) GU AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS 19	1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P FESOLS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba,alls i pebrots) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 20	1P FIDEUÀ MARINERA AMB SÍPIA (fumet i sofregit casolà) AMB ALL I OLI (opcional) (1, 2, 3, 4, 9, 14, T4, T6, T10) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 21
1P PÈSOLS AMB PATATES BULLIDES 2P FALAFEL AMB SALSA D'HORTALISSES (tomàquet, ceba i pastanaga) (1, T9) GU PASTANAGA BULLIDA PO FRUITA DEL TEMPS 24	1P CREMA DE CARBASSÓ I ALFÀBREGA 2P LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS (sofregit de ceba, all, pebrot vermell i tomàquet) (1) PO FRUITA DEL TEMPS 25	1P CUSCÚS AMB CARBASSÓ I CEBA CARMEL-LITZADA (1, T6, T10) 2P BASTONETS DE MOZZARELLA (1, 7, T2, T3, T4, T6, T10, T14) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO IOGURT (7) 26	1P MACARRONS AMB CREMA DE LLET (1, 7, T6, T10) 2P TRUITA DE PATATES (3) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS 27	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3) 2P PEIX DE LLOTGES DE PROXIMITAT (4) GU PATATES FREGIDES PO FRUITA DEL TEMPS 28
1P AMANIDA DE FUSSILIS (tomàquet, olives verdes, tonyina, blat de moro i orenga) (1, 4, T6, T10) 2P TRUITA DE CARBASSÓ I CEBA (3) GU AMANIDA MIXTA PO FRUITA DEL TEMPS 31	L'ART DE LES PLANTES AROMÀTIQUES			

LA TEVA DIETA DIÀRIA

ESMORZARS I BERENARS SALUDABLES

FRUITA FRESCA O HORTALISSES

I TAMBÉ FRUITS SECS

PA, CEREALS O DERIVATS

LLET O DERIVATS

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..

sostenibles

equilibrats

saludables

responsables

variats

innovadors

de temporada

de proximitat



CREMA CATALANA *per Sant Josep*



TEMPS
25 min



RACIONS
4 persones



DIFICULTAT
Fàcil

INGREDIENTS

- 500ml llet
- 100g de sucre
- 4 rovells d'ou
- 1 banca de canyella
- 1 tros de pell de llimona
- 2 cullerades de sucre
- 20g de midó de blat de moro

ELABORACIÓ

- Bullir la llet amb la branca de canyella i la pell de la llimona perquè infusioni la llet i agafi sabor.
- En un bol, barregeu els rovells d'ou amb el sucre i el midó fins que quedi una pasta ben fina.
- Coleu la llet i tornar a arrencar el bull. Afegiu a poc a poc la barreja de rovells, sucre i midó i abaixar el foc al mínim. Remoure ben fort durant mig minut.
- Treure del foc quan s'hagi espessit i posar la barreja en cassoles individuals de fang.
- Deixar refredar.
- Just abans de servir, espoleu per sobre el sucre i passeu per sobre una planxa o cremador especial per cremar el sucre fins que quedi una crosta de color daurat.
- A disfrutar d'aquest postre tradicional de la cuina catalana!