

HALAL



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise amb crostonets de pa</p> <p>Pernilets halal rostits amb poma al forn</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de lleties ECO</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Salsitxes de pollastre halal a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Lleties ECO estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Pollastre halal a les fines herbes amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb salsa de formatge</p> <p>Lluç al forn amb julivert amb amanida variada</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre halal a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Calamars a la romana amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de lleties ECO</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Pollastre halal arrebossat casolà amb patates xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa halal amb patates</p> <p>Gelat</p>



LACTOVEGETARIÀ



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Llegum saltejat amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise amb crostonets de pa</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb poma al forn iogurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de lleties ECO Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons</p> <p>Croquetes vegetals amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Verdura amb patata</p> <p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Lleties ECO estofades Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives SENSE maionesa</p> <p>Falàfel amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb salsa de formatge</p> <p>Croquetes vegetals amb amanida variada iogurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Llegum saltejat Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb amanida variada Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Croquetes vegetals amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Verdura amb patata</p> <p>Amanida de lleties ECO Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Falàfel amb patates xips Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb patates Gelats</p>



NO BRÒQUIL, ESPINACS



Dilluns 3

Arròs **integral** amb salsa de verdures

Truita francesa

amb amanida variada

Fruita de temporada

Dimarts 4

Vichyssoise

amb crostonets de pa

Pernillets rostits

amb poma al forn

logurt **ECO** a granel

Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal

Trinxat de col amb patata

Cassoleta de lleties **ECO**

Fruita de temporada

Dijous 6

Espaguetis **ECO** amb salsa de xampinyons

Peix fresc segons mercat

amb amanida variada

Fruita de temporada

Divendres 7

Mongetes seques **ECO** saltejades amb all i julivert

Botifarra de porc a la planxa

amb amanida variada

Fruita de temporada

Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal

Verdura amb patata (no bròquil, no espinacs)

Lleties **ECO** estofades

Fruita de temporada

Dimarts 11

Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa

Pollastre a les fines herbes

amb amanida variada

Fruita de temporada

Dimecres 12

Macarrons **integrals** amb salsa de formatge

Lluç al forn amb julivert

amb amanida variada

logurt **ECO** a granel

Dijous 13

Arròs **ECO** amb tomàquet

Truita de carbassó

amb amanida variada

Fruita de temporada

Divendres 14

Cuscús

amb verdures de temporada

Llom a la planxa

amb amanida variada

Fruita de temporada

Dilluns 17

Espirals **ECO** al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat

Calamars a la romana

amb amanida variada

Fruita de temporada

Dimarts 18

Amanida de lleties **ECO**

Truita de patata i ceba

amb amanida variada

Fruita de temporada

Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal

Mongeta verda amb patata

Hamburguesa vegetal

amb amanida variada

Fruita de temporada

Dijous 20

Arròs **integral** amb sofregit de tomàquet casolà

Pollastre arrebossat casolà

amb patates xips

Fruita de temporada

Divendres 21. Festa al pati!

Crema de verdures (no bròquil, no espinacs)

Hamburguesa amb patates

Gelat



NO CARN, HALAL, NO OU, PATATA



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Peix al forn amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Verdura (sense patata)</p> <p>Peix al forn amb poma al forn logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col s/patata</p> <p>Cassoleta de lleties ECO Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis s/ou amb saltejat de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Peix al forn amb amanida variada Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb ceba morada</p> <p>Lleties ECO estofades Fruita de temporada</p>	<p>Verdura (sense patata)</p> <p>Peix al forn amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons s/ou amb orenga</p> <p>Lluç al forn amb julivert amb amanida variada logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Peix al forn amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Peix al forn amb amanida variada Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals s/ou amb alfàbrega</p> <p>Peix al forn amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de lleties s/ou s/patata</p> <p>Peix al forn amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda saltejada</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb amanida variada Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Peix a la planxa amb patates xips Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb patates s/ou Gelat</p>



NO CARN



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Truïta d'espínacs amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Vichyssoise amb crostonets de pa</p> <p>Peix al forn amb poma al forn</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de llenties ECO</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Truïta francesa amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Llenties ECO estofades</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Truïta francesa amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb salsa de formatge</p> <p>Lluç al forn amb julivert amb amanida variada</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Truïta de carbassó amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Peix al forn amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Calamars a la romana amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Amanida de llenties ECO</p> <p>Truïta de patata i ceba amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida variada</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Truïta francesa amb patates xips</p> <p>Fruïta de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa vegetal amb patates</p> <p>Gelat</p>



NO GLUTEN



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise</p> <p>SENSE crostonets de pa</p> <p>Pernillets rostits amb poma al forn</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de lleties ECO</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis s/gluten amb salsa de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Botifarra de porc a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Lleties ECO estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Pollastre a les fines herbes amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons s/gluten amb salsa de formatge</p> <p>Lluç al forn amb julivert amb amanida variada</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs amb verdures de temporada</p> <p>Llom a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals s/gluten al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Peix al forn amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de lleties ECO</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Pollastre a la planxa amb patates xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa amb patates s/gluten</p> <p>Gelat</p>



NO LACTOSA, PLV



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise</p> <p>SENSE crostonets de pa</p> <p>Pernillets rostits amb poma al forn</p> <p>logurt de soja</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de lleties ECO</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb saltejat de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Botifarra de porc a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Lleties ECO estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Pollastre a les fines herbes amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb orenga</p> <p>Lluç al forn amb julivert amb amanida variada</p> <p>logurt de soja</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Llom a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO amb alfàbrega</p> <p>Peix al forn amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de lleties s/lactosa</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa de cigrons amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Pollastre arrebossat casolà amb patates xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa amb patates s/lactosa</p> <p>logurt de soja</p>



NO LACTOSA, SOJA, PRESSEC, NECTARINA, ALBERCOC, CIRERA, PARAGUAIO



Dilluns 3

Arròs **integral** amb salsa de verdures

Truita d'espínacs
amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Dimarts 4

Vichyssoise

SENSE crostonets de pa

Pernillets rostits
amb poma al forn

Fruita de temporada permesa

Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal

Trinxat de col amb patata

Cassoleta de lleties **ECO**

Fruita de temporada permesa

Dijous 6

Espaguetis **ECO** amb saltejat de xampinyons

Peix fresc segons mercat

amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Divendres 7

Mongetes seques **ECO** saltejades
amb all i julivert

Llom a la planxa

amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal

Bròquil amb patata i ceba morada

Lleties **ECO** estofades

Fruita de temporada permesa

Dimarts 11

Amanida de patata
amb vegetals, olives i maionesa

Pollastre a les fines herbes
amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Dimecres 12

Macarrons s/soja amb salsa de formatge

Lluç al forn amb julivert
amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Dijous 13

Arròs **ECO** amb tomàquet

Truita de carbassó
amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Divendres 14

Arròs

amb verdures de temporada

Llom a la planxa

amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Dilluns 17

Espirals ECO
amb alfàbrega

Peix al forn
amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Dimarts 18

Amanida de lleties s/lactosa

Truita de patata i ceba
amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal

Mongeta verda amb patata

Hamburguesa de cigrons
amb amanida variada

Fruita de temporada permesa

Dijous 20

Arròs **integral** amb sofregit de tomàquet
casolà

Pollastre a la planxa
amb patates xips

Fruita de temporada permesa

Divendres 21. Festa al pati!

Crema de verdures

**Hamburguesa amb patates s/lactosa
s/soja**

Fruita de temporada permesa



NO PORC, VEDELLA, HALAL



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise amb crostonets de pa</p> <p>Pernilets halal rostits amb poma al forn</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de lleties ECO</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Salsitxes de pollastre halal a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Lleties ECO estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Pollastre halal a les fines herbes amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb salsa de formatge</p> <p>Lluç al forn amb julivert amb amanida variada</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre halal a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Calamars a la romana amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de lleties ECO</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Pollastre halal arrebossat casolà amb patates xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa de pollastre halal amb patates</p> <p>Gelat</p>



NO PORC



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Truita d'espinaacs amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise amb crostonets de pa</p> <p>Pernillets rostits amb poma al forn</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de lleties ECO</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Salsitxes de pollastre a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Lleties ECO estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Pollastre a les fines herbes amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb salsa de formatge</p> <p>Lluç al forn amb julivert amb amanida variada</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Pollastre a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Calamars a la romana amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de lleties ECO</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Pollastre arrebossat casolà amb patates xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa amb patates (no porc)</p> <p>Gelat</p>



NO TOMÀQUET



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral a les fines herbes</p> <p>Truita d'espínacs</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise</p> <p>amb crostonets de pa</p> <p>Pernillets rostits</p> <p>amb poma al forn</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Llenties saltejades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Botifarra de porc a la planxa</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Llenties saltejades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Pollastre a les fines herbes</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb salsa de formatge</p> <p>Lluç al forn amb julivert</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO a les fines herbes</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús</p> <p>amb verdures de temporada s/tomàquet</p> <p>Llom a la planxa</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Calamars a la romana</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de llenties ECO s/tomàquet</p> <p>Truita de patata i ceba</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal</p> <p>amb amanida variada s/tomàquet</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral a les fines herbes</p> <p>Pollastre arrebossat casolà amb patates xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa amb patates</p> <p>Gelat</p>



NO VEDELLA



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise amb crostonets de pa</p> <p>Pernillets rostits amb poma al forn</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de lleties ECO</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons</p> <p>Peix fresc segons mercat amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Botifarra de porc a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Lleties ECO estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Pollastre a les fines herbes amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb salsa de formatge</p> <p>Lluç al forn amb julivert amb amanida variada</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Llom a la planxa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Calamars a la romana amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de lleties ECO</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Pollastre arrebossat casolà amb patates xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa amb patates (no vedella)</p> <p>Gelat</p>



OVOLACTOVEGETARIÀ



Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5. Dia de proteïna vegetal	Dijous 6	Divendres 7
<p>Arròs integral amb salsa de verdures</p> <p>Truita d'espínacs amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Vichyssoise amb crostonets de pa</p> <p>Hamburguesa vegetal amb poma al forn</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Trinxat de col amb patata</p> <p>Cassoleta de llenties ECO</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons</p> <p>Croquetes vegetals amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongetes seques ECO saltejades amb all i julivert</p> <p>Truita francesa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 10. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
<p>Bròquil amb patata i ceba morada</p> <p>Llenties ECO estofades</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de patata amb vegetals, olives i maionesa</p> <p>Truita francesa amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Macarrons integrals amb salsa de formatge</p> <p>Croquetes vegetals amb amanida variada</p> <p>logurt ECO a granel</p>	<p>Arròs ECO amb tomàquet</p> <p>Truita de carbassó amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Cuscús amb verdures de temporada</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19. Dia de proteïna vegetal	Dijous 20	Divendres 21. Festa al pati!
<p>Espirals ECO al pesto amb alfàbrega i formatge ratllat</p> <p>Croquetes vegetals amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Amanida de llenties ECO</p> <p>Truita de patata i ceba amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta verda amb patata</p> <p>Hamburguesa vegetal amb amanida variada</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arròs integral amb sofregit de tomàquet casolà</p> <p>Truita francesa amb patates xips</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Crema de verdures</p> <p>Hamburguesa vegetal amb patates</p> <p>Gelat</p>



RECOMANACIONS SOPARS:

JUNY



VALORS
somvalors.com
Telf. 934 274 734



Dilluns 3 Verdura Ou Postre làctic	Dimarts 4 Pasta (sopa) Peix blanc Fruita	Dimecres 5 Amanida Carn blanca Postre làctic	Dijous 6 Verdura Proteïna vegetal Fruita	Divendres 7 Verdura Peix blau Fruita
Dilluns 10 Pasta (sopa) Peix blanc Postre làctic	Dimarts 11 Verdura Ou Fruita de temporada	Dimecres 12 Verdura Proteïna vegetal Fruita	Dijous 13 Verdura Carn blanca Fruita	Divendres 14 Amanida Peix blau Postre làctic
Dilluns 17 Verdura Proteïna vegetal Fruita	Dimarts 18 Verdura Carn blanca Postre làctic	Dimecres 19 Pasta (sopa) Peix blanc Fruita	Dijous 20 Verdura Ou Postre làctic	Divendres 21. Festa al pati! Amanida Peix blau Fruita



@somvalors
www.somvalors.com

Revisat per Sònia Rosell Ferrer CAT001844
Graduada en Nutrició Humana i Dietètica