

# MENÚ D'OCOTBRE 2024

Km0 = @ ; Ecologic = #

	Dilluns	Dimarts 1	Dimecres 2	Dijous 3	Divendres 4
<b>Dinar</b>		· Cigrons amb espinacs . · Truita de formatge amb amanida d'enciam i olives · Fruita.	Paella d'arròs amb vegetals · -Filet de maires arrebossatdes amb amanida d'enciam i panses · Fruita.	Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba i formatge ratllat Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga . Fruita.	· Amanida verda amb fruits secs . · -Llenties guisades amb pastanaga i arròs .@# · -logurt natural
<b>Suggeriment de sopar</b>		· Puré de patata gratinat · Salsitxes de porc amb amanida d'enciam i pastanaga. · Fruita.	· Sopa de peix · Hamburguesa vegetal amb amanida d'escarola. · Fruita.	· Crema de carbassó · Truita francesa amb amanida. · Fruita.	· Bikinis de formatge i pernil dolç. · Macedònia de fruites de temporada.
	Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
<b>Dinar</b>	· Arròs blanc amb salsa de tomàquet. · Filet de lluç a la planxa amb amanida d'enciam i api rallat. · Fruita.	Amanida verda . · Estofat de gall d'indi amb patata , pastanaga i pèsols. · logurt	· Patata bullida i mongeta tendra. Pollastre al forn amb herbes i llimona · Fruita	· -Sopa de brou amb pasta . · -Truita de patates amb amanida de brots i formatge	· Dia de lliure disposició .
<b>Suggeriment de sopar</b>	· Cigrons bullits · Ous remenats amb xampinyons · Fruita.	· Crema de verdura i llegums. · Hamburguesa de cereals amb amanida · Fruita.	· Pasta al pesto · Tonyina a la planxa amb amanida d'enciam · Fruita.	· Arròs bullit amb mongetes seques . · Crespells de bacallà amb pastanaga ratllada.	
	Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
<b>Dinar</b>	· Patata bullida amb pèsols. · Varettes de peix amb amanida de Brots, · Fruita	· Arròs amb vegetals · -Bistec de vedella a la planxa · Amb amanida d'enciam i pastanaga · -Fruita	DIADA DEL DINAR ESCOLLIT ·	· Mongetes seques saltades amb bròquil. · Ous ferrats amb tomàquet al forn. · Fruita.	· Crema de verdures. · Canelons de carn.
<b>Suggeriment de sopar</b>	· Espinacs amb panses i pinyons. · Lluç al forn amb patata. · Fruita	· Espaguetti amb tomàquet i orenga · Rap a la planxa · Fruita.	·	· Crema de verdures · Truita francesa amb tomàquet amanit · Fruita	· Amanida verda amb fruita seca. · Pizza de tomàquet, ceba, tonyina i formatge. · Fruita.
	Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
<b>Dinar</b>	· Arròs tres delícies . · Calamars a la romana amb amanida d'enciam i pastanaga. · Fruita.	· Patata bullida amb bledes @# · Truita francesa amb amanida de brots · logurt de maduixa	· Fideus a la cassola amb peix · Filet de bacallà amb amanida d'enciam i blat dolç · Fruita.	· Crema de carbassó amb torradetes de pa · Pollastre rostit amb tomàquet i ceba	· Llenties estofades amb pastanaga i carbassó · Salsitxes de porc a la planxa amb
<b>Suggeriment de sopar</b>	· Sopa de brou amb pasta. · Tires de pollastre amb porro · Fruita.	· Cigrons saltats · Rogerets amb tomàquet amanit. · Fruita.	· Puré de patata i llenties. · Ou dur amb salsa de tomàquet · Fruita.	· Patata bullida amb bròquil · Lluç al forn amb tomàquet i ceba. · Fruita.	· Amanida verda amb fruits secs . · Truita de patata amb pa i tomàquet. · Fruita.
	Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	
<b>Dinar</b>	· Macarrons amb crema de llet i formatge ratllat. · Salmó al forn amb julivert. · Fruita,	· Arròs blanc amb salsa de tomàquet . · Ous ferrats amb carbassó arrebossat . · Fruita,	· Mongetes estofades amb pastanaga. · Hamburguesa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives	· Diada de la castanyada . · Crema de carbassa. · Magre de porc al forn amb bolets · Coca de la castanyada	
<b>Suggeriment de sopar</b>	· Sopa de brou amb pasta. · Tires de pollastre amb porro · Fruita.	· Cigrons saltats · Rogerets amb tomàquet amanit. · Fruita.	· Puré de patata · Lluç planxa amb tomàquet amanit · Fruita.	· Amanida verda amb fruits secs . · Truita de patates amb pa i tomàquet, · Fruita.	

# MENÚ D'OCTUBRE 2024

## Sense carn de porc

Km0 = @ ; Ecologic = #

	Dilluns	Dimarts 1	Dimecres 2	Dijous 3	Divendres 4
<b>Dinar</b>		· Cigrons amb espinacs . · Truita de formatge amb amanida d'enciam i olives · Fruita.	Paella d'arròs amb vegetals · -Filet de maires arrebossades amb amanida d'enciam i panses · Fruita.	Macarrons amb sofregit de tomàquet i ceba i formatge ratllat Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga . Fruita.	· Amanida verda amb fruits secs . · Llenties guisades amb pastanaga i arròs .@# · logurt natural
	Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
<b>Dinar</b>	· Arròs blanc amb salsa de tomàquet. · Filet de lluç a la planxa amb amanida d'enciam i api rallat. · Fruita.	Amanida verda . · Estofat de gall d'indi amb patata , pastanaga i pèsols. · logurt	· Patata bullida i mongeta tendra. Pollastre al forn amb herbes i llimona · Fruita.	-Sopa de brou amb pasta . · Truita de patates amb amanida de brots i formatge · Fruita.	· Dia de lliure disposició .
	Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
<b>Dinar</b>	· Patata bullida amb pèsols. · Varettes de peix amb amanida de Brots, · Fruita	· Arròs amb vegetals · Bistec de vedella a la planxa Amb amanida d'enciam i pastanaga · Fruita	DIADA DEL DINAR ESCOLLIT	· Mongetes seques saltades amb bròquil. · Ous ferrats amb tomàquet al forn. · Fruita.	· Crema de verdures. · Canelons de tonyina · Fruita.
	Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
<b>Dinar</b>	Arròs tres delícies . · Calamars a la romana amb amanida d'enciam i pastanaga. · Fruita.	Patata bullida amb bledes @# Truita francesa amb amanida de brots · logurt de maduixa	· Fideus a la cassola amb peix · Filet de bacallà amb amanida d'enciam i blat dolç · Fruita.	· Crema de carbassó amb torradetes de pa Pollastre rostit amb tomàquet i ceba Fruita.	· Llenties estofades amb pastanaga i carbassó · Croquetes de peix amb amanida · Fruita.
	Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	
<b>Dinar</b>	Macarrons amb crema de llet i formatge ratllat. Salmó al forn amb julivert. Fruita,	Arròs blanc amb salsa de tomàquet . Ous ferrats amb carbassó arrebossat . Fruita,	Mongetes estofades amb pastanaga. Hamburguesa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives	Diada de la castanyada . Crema de carbassa. Mandonguilles de sípia al forn amb bolets Coca de la castanyada	

# MENÚ D'OCTUBRE 2024

## Sense gluten

Km0 = @ ; Ecologic = #

	Dilluns	Dimarts 1	Dimecres 2	Dijous 3	Divendres 4
<b>Dinar</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cigrons amb espinacs .</li> <li>· Truita de formatge amb amanida d'enciam i olives</li> <li>· Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paella d'arròs amb vegetals</li> <li>· Filet de maires arrebossades amb maizena i amanida d'enciam i panses</li> <li>· Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons sense gluten amb sofregit de tomàquet i ceba i formatge ratllat</li> <li>Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga .</li> <li>Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Amanida verda amb fruits secs .</li> <li>· Llenties guisades amb pastanaga i arròs .@#</li> <li>· logurt natural</li> </ul>
	Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
<b>Dinar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs blanc amb salsa de tomàquet.</li> <li>· Filet de lluç a la planxa amb amanida d'enciam i api rallat.</li> <li>· Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amanida verda .</li> <li>· Estofat de gall d'indi amb patata , pastanaga i pèsols.</li> <li>· logurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Patata bullida i mongeta tendra.</li> <li>Pollastre al forn amb herbes i llimona</li> <li>· Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sopa de brou amb pasta sense gluten</li> <li>· Truita francesa amb amanida de brots i formatge</li> <li>· Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dia de lliure disposició .</li> </ul>
	Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
<b>Dinar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Patata bullida amb pèsols.</li> <li>· Croquetes de carn sense gluten amb amanida de Brots,</li> <li>· Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Arròs amb vegetals</li> <li>· Bistec de vedella a la planxa</li> <li>Amb amanida d'enciam i pastanaga</li> <li>· Fruita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>DIADA DEL DINAR ESCOLLIT</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Mongetes seques saltades amb bròquil.</li> <li>· Ous ferrats amb tomàquet al forn.</li> <li>· Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de verdures.</li> <li>· Canelons de carn sense gluten</li> <li>· Fruita.</li> </ul>
	Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
<b>Dinar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs tres delícies .</li> <li>· Calamars saltats amb all i julivert amb amanida d'enciam i pastanaga.</li> <li>· Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Patata bullida amb bledes @#</li> <li>Truita francesa amb amanida de brots</li> <li>· logurt de maduixa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Pasta sense gluten amb tomàquet i formatge ratllat.</li> <li>· Filet de bacallà amb amanida d'enciam i blat dolç</li> <li>· Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Crema de carbassó</li> <li>Pollastre rostí amb tomàquet i ceba</li> <li>Fruita.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Llenties estofades amb pastanaga i carbassó</li> <li>Salsitxes de porc a la planxa amb amanida</li> <li>· Fruita.</li> </ul>
	Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	
<b>Dinar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Macarrons sense gluten amb crema de llet i formatge ratllat.</li> <li>Salmó al forn amb julivert.</li> <li>Fruita,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arròs blanc amb salsa de tomàquet .</li> <li>Ous ferrats amb carbassó forn .</li> <li>Fruita,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mongetes estofades amb pastanaga.</li> <li>Hamburguesa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i olives</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diada de la castanyada .</li> <li>Crema de carbassa.</li> <li>Magre de porc al forn amb bolets</li> <li>Coca de la castanyada sense gluten</li> </ul>	