

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

		1P SOPA DE VERDURAS CON GARBANZOS Y FIDEOS (1, 9, 12) 2P LOMO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI (12) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P REVUELTO DE HUEVO CON CHAMPIÑONES (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ACEITUNAS NEGRAS Y TOMATE PO YOGUR (7)	1P FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, 12) 2P MERLUZA A LA GALLEGA (al horno con cebolla y pimentón dulce) (4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO
1P BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS (12) GU ZANAHORIA HERVIDA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3, 6) 2P HAMBURGUESAS DE TERNERA A LA PLANCHA (12) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO	1P FUSILIS CON SALSA DE PERA, CALABACÍN Y QUESO (1, 7) 2P RAPE A LA MARINERA (fumet casero) (1, 2, 4, 9, 12) GU GUISANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE VERDURAS (judía verde, acelgas, zanahoria y patatas) 2P POLLO REBOZADO (harina, huevo y pan rallado) (1, 3) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 6) PO YOGUR (7)	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (1, 9) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3, 6, 7, 12) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PERA Y QUESO (7) PO FRUTA DEL TIEMPO
1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (cerdo y ternera) (12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS CON ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P SOPA DE PESCADO CON PISTONES (1, 4, 9) 2P PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA CON VINAGRETA DE LIMÓN (12) GU PATATA "AL CALIU" PO NATILLAS DE VAINILLA (7)	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P TORTILLA CASERA DE CALABACÍN, PATATA Y CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y PIPAS CON OLIVADA (5, 8) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE CALABACÍN (con cebolla, puerro y patata) 2P BURRITOS DE POLLO (1) GU ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO
FIESTA		1P FUSSILIS EN SALSA DE QUESOS (1, 3, 7) 2P CROQUETAS DE JAMÓN (1, 2, 3, 4, 6, 7, 14) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y ACEITUNAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL (1) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) 2P POLLO AL HORNO (cebolla y tomate natural) (12) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA PO YOGUR (7)
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 6, 11) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE CALABAZA (patata, cebolla y puerro) 2P MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja texturizada) (1, 6, 7, 8, 1) PO YOGUR (7)			

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

		1P SOPA DE VERDURES AMB CIGRONS I FIDEUS (1, 9, 12) 2P LLOM A LA PLANXA AMB SALSA CHIMICHURRI (12) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR 2P REMENAT D'OU AMB XAMPINYONS (3) GU AMANIDA D'ENCIAMS VARIATS, OLIVES NEGRES I TOMÀQUET PO IOGURT (7)	1P FIDEUÀ DE VERDURES AMB ALL-I-OLI (opcional) (1, 3, 9, 12) 2P LLUÇ A LA GALLEGA (al forn amb ceba i pebre vermell) (4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS
1P BRÒQUIL AMB PATATES BULLIDES 2P ESTOFAT DE GALL DINDI (12) GU PASTANAGA BULLIDA PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS CINC DELÍCIES (gall d'indi fumat, blat de moro, truita, pèsols i pastanaga) (3, 6) 2P HAMBURGUESES DE VEDELLA A LA PLANXA (12) GU AMANIDA D'ENCIAM TRES COLORS, PASTANAGA I BLAT DE MORO PO FRUITA DEL TEMPS	1P FUSSILIS AMB SALSA DE PERA, CARBASSÓ I FORMATGE (1, 7) 2P RAP A LA MARINERA (fumet casolà) (1, 2, 4, 9, 12) GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE VERDURES (mongeta tendra, bledes, pastanaga i patata) 2P POLLASTRE ARREBOSSAT (farina, ou i pa ratllat) (1, 3) GU CUSCÚS SALTEJAT (1, 6) PO IOGURT (7)	1P LLENTIES ESTOFADES AMB CARBASSA (1, 9) 2P OUS ESTRELLATS AMB PATATES I CRUIXENT DE PERNIL (3, 6, 7, 12) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB PERA I FORMATGE (7) PO FRUITA DEL TEMPS
6	7	8	9	10
1P MONGETA TENDRA AMB PATATES AL VAPOR MANDONGUILLES MIXTES (porc i vedella) AMB SALSA DE CEBA I CANYELLA (12) GU XAMPINYONS SALTEJATS AMB OLI D'OLIVA PO FRUITA DEL TEMPS	1P SOPA DE PEIX AMB PISTONS (1, 4, 9) 2P PIT DE GALL DINDI A LA PLANXA AMB VINAGRETA DE LLIMONA (12) GU PATATA AL CALIU PO NATILLES DE VAINILLA (7)	1P CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES (sofregit de ceba, all, pebrot verd i vermell i tomàquet) (12) 2P LLUÇ A L'ANDALUSA (fregit amb farina) (1, 4) GU AMANIDA DE FULLA DE ROURE AMB TOMÀQUET I PASTANAGA PO FRUITA DEL TEMPS	1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P TRUITA CASOLANA DE CARBASSÓ, PATATA I CEBA (3) GU AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I PIPES AMB OLIVADA (5, 8) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE CARBASSÓ (amb ceba, porro i patata) 2P BURRITOS DE POLLASTRE (1) GU AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES NEGRES PO FRUITA DEL TEMPS
13	14	15	16	17
FESTA	1P FUSSILIS AMB SALSA DE FORMATGES (1, 3, 7) 2P CROQUETES DE PERNIL (1, 2, 3, 4, 6, 7, 14) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, COL LLOMBARDA I OLIVES PO FRUITA DEL TEMPS	1P LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1) 2P TRUITA DE PATATES AMB CEBA (3) GU ALBERGÍNIES A LA PLANXA AMB MEL (1) PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE PASTANAGA (patata i ceba) 2P POLLASTRE AL FORN (ceba i tomàquet natural) (12) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG AMB RAVENETS I PASTANAGA PO IOGURT (7)	1P ARRÒS AMB SOFREGIT D'HORTALISSES 2P ESTOFAT DE SÍPIA AMB PATATES (2, 12, 14) GU PÈSOLS SALTEJATS PO FRUITA DEL TEMPS
20	21	22	23	24
1P ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET (sofregit casolà) 2P POLLASTRE A LA PLANXA AMB SALSA DE SOJA, MEL I SÈSAM (1, 6, 11) GU AMANIDA D'ENCIAM LLARG, OLIVES VERDES I REMOLATXA PO FRUITA DEL TEMPS	1P CREMA DE CARBASSA (patata, ceba i porro) MACARRONS A LA BOLONYESA 2P VEGETAL (soja texturitzada) (1, 6, 7, 8, 11) PO IOGURT (7)			
27	28			

Menú validat per dietistes-nutricionistes col·legiades de SANED (CAT000409)

