

|   | DILLUNS           | DIMARTS  | DIMECRES   | DIJOUS  | DIVENDRES  |   |
|---|-------------------|--|--|---|--|---|
| 1 | 4 AL 8 DE GENER   |  |  |   |  |   |
| 2 | 11 AL 15 DE GENER | <b>DILLUNS</b><br>MACARRONS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET<br>CROQUETES DE BACALLÀ AMB PASTANAGA RATLLADA<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Crema de coliflor<br>Gall dindi a la planxa<br>Fruita                               | <b>DIMARTS</b><br>VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA BULLIDA<br>MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SALSINA DE TOMÀQUET<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Arròs amb tomàquet<br>Truita a la francesa<br>Fruita                            | <b>DIMECRES</b><br>SOPA D'AU AMB PISTONS<br>GALL DINDI ESTOFAT AMB PASTANAGA I PORRO<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Verdura amb patata al vapor<br>Peix al forn<br>Fruita                         | <b>DIJOUS</b><br>ESPAGUETIS AL PESTO<br>LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I REMOLATXA<br>PA I IOGURT<br><br>Crema de bròquil<br>Remenat de xampinyons<br>Fruita  | <b>DIVENDRES</b><br>CREMA DE CARBASSA<br>ARRÒS AMB BOLETS I POLLASTRE<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Verdures al forn<br>Sípia a la planxa<br>Iogurt  |
| 3 | 18 AL 22 DE GENER | <b>DILLUNS</b><br>ESPIRALS A LA NAPOLITANA<br>CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB CEBA I POMA<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Verdura amb moniato al vapor<br>Peix al forn<br>Iogurt   | <b>DIMARTS</b><br>VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA BULLIDA<br>ESCALOPA DE GALL DINDI AMB AMANIDA D'ENCIAM I NAP<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Pasta saltejada amb verdures<br>Truita de formatge<br>Fruita                   | <b>DIMECRES</b><br>ARRÒS AMB SALSINA DE TOMÀQUET CASOLANA<br>FRICANDÓ DE VEDELLA AMB XAMPINYONS<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Crema de moniato<br>Peix a l'andalusa<br>Fruita                    | <b>DIJOUS</b><br>CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB CROSTONS<br>**PEIX PETIT DE LA MEDITERRÀNIA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PA I IOGURT<br><br>Sopa amb pistons<br>Remenat d'alls tendres<br>Fruita | <b>DIVENDRES</b><br>CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS<br>OUS DURS AMB SALSINA AURORA I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Verdura amb patata al vapor<br>Pollastre a la planxa<br>Fruita |
| 4 | 25 AL 29 DE GENER | <b>DILLUNS</b><br>ARRÒS 3 DELÍCIES (PASTANAGA, PÈSOLS I PERNIL DOLÇ)<br>LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Crema de carbassa<br>Hamburguesa de gall dindi a la planxa<br>Fruita | <b>DIMARTS</b><br>MONGETES ESTOFADES AMB VERDURES DE TEMPORADA<br>TRUITA DE PATATES I CALÇOTS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Verdura amb moniato al vapor<br>Calamars a la planxa<br>Fruita | <b>DIMECRES</b><br>VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA BULLIDA<br>POLLASTRE ARREBOSSAT AMB AMANIDA D'ENCIAM I NAP<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Arròs amb verdures<br>Truita a la francesa<br>Fruita | <b>DIJOUS</b><br>ESCUDELLA AMB FIDEUS<br>PILOTA, CIGRONS I VERDURES<br>PA I IOGURT<br><br>Verdura al forn<br>Peix al forn<br>Fruita  | <b>DIVENDRES</b><br>CREMA DE COLIFLOR AMB CROSTONS<br>FIDEUS A LA CASSOLA AMB SÍPIA I VERDURES<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA<br><br>Amanida completa<br>Quiche de formatge i pernil dolç<br>Fruita                  |

Els làctics són productes de La Fageda  
 Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
 Dos cops a la setmana la fruita és ecològica  
 Un cop al mes el peix serà de proximitat

**FRUITES DE TEMPORADA:**  
 POMA, RAIM, MANDARINA, KIWI, TARONJA, PERA I PLATAN  
**VERDURES DE TEMPORADA:**  
 CARBASSA, ENDIVIES, NAP, PORRO, API, BLEDA, ESPINAC, COL  
 ESCAROLA, COLIFLOR, ALL TENDRE, PASTANAGA, ENCIAM, REMOLATXA  
 PASTANAGA

Tots els dinars van acompanyats d'un sopar recomanat  
 L'oli de oliva és de producció ecològica  
 La sal és de producció ecològica

**PEIX DEL MEDITERRANI DE TEMPORADA**  
 LLUC  
 MAIRA  
 SEITO  
 BONITOL  
 \*\* Sempre i quan ho permetin les condicions de la mar.  
 Si el peixater no té peix de proximitat es donarà un altre peix.





|                         | DILLUNS  | DIMARTS  | DIMECRES   | DIJOUS  | DIVENDRES   |
|-------------------------|--|--|--|---|---|
| 1<br>1 AL 5 DE FEBRER   | ARRÒS AMB VERDURES DE TEMPORADA<br>BACALLÀ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA               | CREMA DE PASTANAGA AMB CROSTONS<br>MACARRONS A LA CATALANA AMB GALL D'INDI<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA                                   | CIGRONS ESTOFATS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET<br>TRUITA DE PERNIL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA | PATATES ESTOFADES AMB VERDURES DE TEMPORADA<br>HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PA I IOGURT  | SOPA DE PEIX AMB ARRÒS<br>CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA LLLIMONA I HERBES AL FORN<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA |
|                         | Purè de verdures<br>Truita francesa<br>Iogurt  | Sopa de verdures amb pasta<br>Peix al vapor<br>Fruita  | Arròs saltejat<br>Pollastre a la planxa<br>Iogurt  | Amanida grega<br>Falafel<br>Fruita  | Crema de coliflor<br>Peix a la planxa<br>Fruita   |
| 2<br>8 AL 12 DE FEBRER  | LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES DE TEMPORADA<br>TRUITA DE FORMATGE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA | VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA BULLIDA<br>MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SALS DE TOMÀQUET<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA                     | SOPA D'AU AMB PISTONS<br>GALL D'INDI ESTOFAT AMB PASTANAGA I PORRO<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA                             | ESPIRALS A LA NAPOLITANA<br>LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I REMOLATXA<br>PA I IOGURT  | CREMA DE CARBASSA<br>ARRÒS AMB BOLETS I POLLASTRE<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA                                 |
|                         | Sopa amb fideus<br>Pollastre a la planxa<br>Fruita   | Arròs amb tomàquet<br>Truita a la francesa<br>Fruita   | Verdura amb patata al vapor<br>Peix al forn<br>Fruita  | Crema de bròquil<br>Remenat de xampinyons<br>Fruita   | Verdures al forn<br>Sípia a la planxa<br>Iogurt   |
| 3<br>15 AL 19 DE FEBRER | FESTA LLIURE DISPOSICIÓ  | ESPAGUETIS AL PESTO<br>OUS DURS AMB SALS AURORA I AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA                               | ARRÒS AMB SALS DE TOMÀQUET CASOLANA<br>FRICANDÓ DE VEDELLA AMB XAMPINYONS<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA                      | CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA AMB CROSTONS<br>**PEIX PETIT DE LA MEDITERRÀNIA AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PA I IOGURT | CIGRONS ESTOFATS AMB ESPINACS<br>CUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB CEBA I POMA<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA       |
|                         |  | Pasta saltejada amb verdures<br>Conill a la planxa<br>Fruita   | Crema de moniato<br>Peix a l'andalusa<br>Fruita  | Sopa amb pistons<br>Remenat d'alls tendres<br>Fruita  | Verdura amb patata al vapor<br>Pollastre a la planxa<br>Fruita  |
| 4<br>25 AL 29 DE GENER  | ARRÒS 3 DELÍCIES (PASTANAGA, PÈSOLS I PERNIL DOLÇ)<br>LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA | MONGETES ESTOFADES AMB VERDURES DE TEMPORADA<br>TRUITA DE PATATES I CALÇOTS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA | VERDURA DE TEMPORADA AMB PATATA BULLIDA<br>POLLASTRE ARREBOSSAT AMB AMANIDA D'ENCIAM I NAP<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA     | ESCUDELLA AMB FIDEUS<br>PILOTA, CIGRONS I VERDURES<br>PA I IOGURT   | CREMA DE COLIFLOR AMB CROSTONS<br>FIDEUS A LA CASSOLA AMB SÍPIA I VERDURES<br>PA I FRUITA DE TEMPORADA        |
|                         | Crema de carbassa<br>Hamburguesa de gall dindi a la planxa<br>Fruita   | Verdura amb moniato al vapor<br>Calamars a la planxa<br>Fruita   | Arròs amb verdures<br>Truita a la francesa<br>Fruita   | Verdura al forn<br>Peix al forn<br>Fruita   | Amanida completa<br>Quiche de formatge i pernil dolç<br>Fruita  |

Els làctics són productes de La Fageda  
Tota la pasta, els llegums i l'arròs són ecològics  
Dos cops a la setmana la fruita és ecològica  
Un cop al mes el peix serà de proximitat

**FRUITES DE TEMPORADA:**

POMA, RAÏM, MANDARINA, KIWI, TARONJA, PERA I PLATAN

**VERDURES DE TEMPORADA:**

CARBASSA, ENDIVIES, NAP, PORRO, API, BLEDA, ESPINAC, COL ESCAROLA, COLIFLOR, ALL TENDRE, PASTANAGA, ENCIAM, REMOLATXA PASTANAGA

Tots els dinars van acompanyats d'un sopar recomanat  
L'oli de oliva és de producció ecològica  
La sal és de producció ecològica

**PEIX DEL MEDITERRANI DE TEMPORADA**LLUÇ  
MAIRA  
SEITO  
BONITOL

\*\* Sempre i quan ho permetin les condicions de la mar.

Si el peixater no té peix de proximitat es donarà un altre peix.

