

DINARS

SOPARS
RECOMANATS

PRODUCTE
ECOLÒGIC

1

6 DESEMBRE
4 AL 8 NOVEMBRE
2 AL 6 DESEMBRE

DILLUNS
ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

Crema de carbassa i patata
Bistec de vedella
Fruita

DIMARTS
VERDURA TRICOLOR AMB PATATA, BRÒQUIL I PASTANAGA
PERNILETS DE POLLASTRE ROSTITS
PA I FRUITA

Amanida verda amb blat de moro
Salmó al forn
Fruita

DIMECRES
CIGRONS ESTOFATS
TRUITA DE PATATA I ENCIAM AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I IOGURT

Verdura de temporada
Gall dindi a la planxa
Fruita

DIJOUS
SOPA DE POLLASTRE AMB FIDEUS
CROQUETES DE ROSTIT
PA I FRUITA

Coliflor amb patata
Rap a la planxa
Iogurt per beure

DIVENDRES
CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA
MANDONGUILLES AMB PATATES DAU
PA I FRUITA

Amanida variada
Pizzeta variada
Fruita

2

11 AL 15 NOVEMBRE
9 AL 13 DESEMBRE

DILLUNS
ESPIRALS A LA CARBONARA
BACALLÀ A LA CATALANA
PA I FRUITA

Verdura de temporada saltada amb pernil
Daus de pollastre amb pastanaga i ceba
Fruita

DIMARTS
PURÉ DE CARBASSÓ AMB FORMATGE
LLIBRETS DE LLOM AMB AMANIDA
PA I FRUITA

Amanida d'arròs
Gall dindi a la planxa amb carbassó
Iogurt

DIMECRES
LLENTIES ESTOFADES
TRUITA DE TONYINA I ENCIAM AMB TOMÀQUET
PA I FRUITA

Crema de verdures
Seitons a l'andalusa
Fruita

DIJOUS
VERDURA DE TEMPORADA
ESTOFAT DE GALL DINDI
PA I FRUITA

Pasta amb sofregit
Truita de formatge
Fruita

DIVENDRES
SOPA D'AU AMB ARRÒS
POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA
PA I IOGURT

Tomàquets amanits amb oli d'oliva verge
Coca d'escalivada i formatge
Fruita

3

18 AL 22 NOVEMBRE
16 AL 20 DESEMBRE

DILLUNS
BRÒQUIL AMB PATATES
CROQUETES DE ROSTIT AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
PA I FRUITA

Sopa de brou
Gall dindi a la planxa
Fruita

DIMARTS
ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET
PIT DE POLLASTRE AL FORN I ENCIAM AMB PASTANAGA
PA I FRUITA

Verdura de temporada amb quinoa
Verat a la planxa
Fruita

DIMECRES
ESPIRALS A LA BOLONYESA
PEIX FRESC DE PROXIMITAT AMB ENCIAM I OLIVES
PA I IOGURT

Crema de verdures
Truita de patata i ceba
Fruita

DIJOUS
CREMA DE CARBASSA I PASTANAGA
TRUITA DE PATATES I ENCIAM AMB BLAT DE MORO
PA I FRUITA

Amanida de pasta
Pollastre a la planxa
Iogurt

DIVENDRES
ESCUDELLA AMB CIGRONS
BOTIFARRA AMB ENCIAM I TOMÀQUET
PA I FRUITA

Amanida grega
Ous ferrats amb patates
Fruita

4

25 AL 29 NOVEMBRE

DILLUNS
CREMA DE BRÒQUIL, CEBA, PASTANAGA I PATATA
VARETES DE PEIX AMB ENCIAM I COGOMBRE
PA I FRUITA

Amanida verda amb tonyina
Gall dindi a la planxa
Iogurt

DIMARTS
SOPA DE RAP I LLUÇ AMB ARRÒS
POLLASTRE A L'ALLET AMB PATATES FREGIDES
PA I FRUITA

Crema de verdures
Truita a la francesa
Fruita

DIMECRES
VERDURA DE TEMPORADA
TRUITA DE PERNIL DOLÇ I ENCIAM AMB TOMÀQUET
PA I FRUITA

Sopa d'estrelletes
Maires arrebossades
Fruita

DIJOUS
LLENTIES ESTOFADES
GALL DINDI AL FORN AMB SALSETA
PA I IOGURT

Arròs amb sofregit
Pollastre a la planxa
Fruita

DIVENDRES
FIDEUÀ DE PEIX I MARISC
HAMBURGUESA MIXTA AMB ENCIAM I PASTANAGA
PA I FRUITA

Amanida d'alvocat
Enrotllats de pernil i formatge
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

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

