

Di lluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Pasta integral a la carbonara (1,3,6,7,10) (Pasta integral, bacon, ceba, nata i llet) Lluç a la llima amb pèsols (4) Ensalada variada Fruita de temporada Pa (1)	2 Sopa de fideus (1,3,6,10) (Pasta, verdures i pollastre) Pollastre amb allada Ensalada variada Fruita de temporada Pa integral (1)	3 Ensalada de fesols (7) (Fesols, ceba, tomaca, pimentó i formatge fresc) Peix fresc de llotja (1,2,4,6,10,13) Saltat de dacsca Fruita de temporada Pa (1)	4 Salmorejo amb taquitos de pernil (1,6,10) (Tomaca, all, pa, oli, pernil) Truita de creïlla (3,12) Ensalada variada Fruita de temporada Pa integral (1)	5 Arròs amb tomaca (Arròs amb sofregit de tomaca) Llonganisses al forn (6,12) Ensalada variada iogurt (7) / Fruita de temporada Pa (1)
8 Ensalada completa amb formatge i pernil (6,7) Arròs del "senyoret" (1,2,3,4,6,7,12,13) Fruita de temporada Pa (1)	9 Ensalada murciana (3,4,12) (Tomaca, tonyina, ceba, ou i olives) Estofat de titot amb creïlla i verdures (12) Fruita de temporada Pa integral (1)	10 Cigrons amb verdures al curri (1,10,12) (Cigrons, tomaca, ceba, carabasseta, creïlla i curri) Truita de tonyina (3,4) Ensalada variada Fruita de temporada Pa (1)	11 Espaguetis amb verdures i salsa de soja (1,3,6,10) (Pasta, carlota, ceba, carabasseta, pimentó i salsa de soja) Salmó al forn (4) Ensalada variada Fruita de temporada Pa integral (1)	12 Ensalada de creïlla (6,12) (Creïlla, tomaca, olives, titot i carlota ratllada) Tires de pollastre a la mostassa (7,10) Xampinyons saltats iogurt (7) / Fruita de temporada Pa (1)
15 Vichyssoise (7) (Creïlla, porro i llet) Llom en salsa de ceba Ensalada variada Fruita de temporada Pa (1)	16 Llenties ECO a la jardinera (1,12) (Llenties, ceba, pimentó, carabasseta, creïlla i carlota) Truita de pernil dolç (3,6) Ensalada variada Fruita de temporada Pa integral (1)	17 Ensalada de pasta (1,3,4,6,10) (Pasta, carlota, olives, dacsca, tonyina) Rap en salsa verda amb pèsols (2,4,13) Fruita de temporada Pa (1)	18 Ensalada russa (3,4,12) (Carlota, creïlla, pèsols, tonyina, olives, ou i maionesa) Pollastre al forn amb verdures Fruita de temporada Pa integral (1)	19 Arròs oriental amb verdures (1,6) (Arròs, carabasseta, pimentó, ceba i salsa de soja) Figuretes de peix (1,2,3,4,6,7,10,12,13) Ensalada variada iogurt (7) / Fruita de temporada Pa (1)
22 Pasta integral a la napolitana (1,3,6,7,10) (Pasta integral, carlota, ceba, tomaca i formatge) Truita de carabasseta (3) Ensalada variada Fruita de temporada Pa (1)	23 Arròs a la milanesa (Arròs, pèsols, pimentó roig, magre) Lluç a l'andalusa (1,4,6,10) Ensalada variada Fruita de temporada Pa integral (1)	24 FESTIU	25 Ensalada campera (3,4,12) (Creïlla, tomaca, olives, ou, tonyina, pimentó verd) Vedella en salsa amb verdures Fruita de temporada Pa integral (1)	26 Fesols ECO a la riojana (6,12) (Fesols, creïlla, ceba, carlota i xoriço) Abadejo amb samfaina de verdures (2,4,13) Ensalada variada iogurt (7) / Fruita de temporada Pa (1)
29 Gaspaxo andalús amb crostons (1,6,10) (Tomaca, cogombre, pimentó verd, all, vinagre, oli i crostons) Pits de pollastre en salsa de tomaca Creïlles al forn (12) Fruita de temporada Pa (1)	30 Ensalada de llenties (1) (Llenties, tomaca, ceba, dacsca, pimentó verd) Truita de creïlla (3,12) Ensalada variada Fruita de temporada Pa integral (1)			



RECOMENDADOR DE CENAS



COMIDA

Pasta/Arroz	Verduras	Legumbres	Pasta/Arroz	Verduras	Legumbres	Pasta/Arroz	Verduras
Proteína vegetal	Pescado	Huevos	Carne	Pescado	Huevos	Carne	Pescado

CENA

Legumbres	Verduras	Pasta/Arroz	Verduras	Verduras	Pasta/Arroz	Verduras	Legumbres
Carne	Pescado	Huevos	Proteína vegetal	Pescado	Huevos	Carne	Proteína vegetal

POSTRES

Lácteos	Fruta
Fruta	Lácteos

Consulta toda la información nutricional y alérgenos de nuestra carta en el código QR:

