



OLI D'OLIVA VERGE



LÀCTICS VARIATS



VERDURA FRESCA DE TEMPORADA I PROXIMITAT



PRODUCTES ECOLÒGICS

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

ESPAGUETIS ECOLÒGICS A LA CARBONARA

CALAMARS A LA ROMANA AMB ENCIAM,
PASTANAGA I SOJAFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

4

BLEDES FRESQUES AMB PATATES

ESTOFAT DE VEDELLA AMB PÉSOLS I
XAMPINYONSFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

5

ARRÒS BLANC ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET

TRUITA D'ESPINACS AMB ENCIAM, API I BLAT
DE MORO

IOGURT NATURAL/ PA

6

"COCIDO" DE CIGRONS DE PROXIMITAT

BACALLÀ AMB SALSÀ I AMANIDA TRES COLORS

FRUITA DEL TEMPS/¹ PA

9

LLENTIES ECOLÒGIQUES GUISADES AMB
VERDURESBASTONETS DE LLUÇ AMB ENCIAM, BLAT DE
MORO I OLIVESFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

10

COLIFLOR FRESCA

POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM,
PASTANAGA I OLIVESFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

11

ARRÒS ECOLÒGIC CALDÓS AMB SÍPIA

FILET DE RAP AMB ENCIAM, PASTANAGA I COL
LLOMBARDA

IOGURT NATURAL/ PA

12

CREMA DE VERDURES FRESCA

MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SAMFAINA

FRUITA DEL TEMPS/¹ PA

13

SOPA DE PEIX AMB PASTA MARAVELLA
ECOLÒGICA
(peix de roca, rap i gambes)

TRUITA DE PATATES AMB VERDURES

FRUITA DEL TEMPS/¹ PA

16

MONGETA VERDA AMB PATATES

BOTIFARRA DE PORC AMB CARBASSÓ
ARREBOSSATFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

17

PAELLA DE VERDURES

LLUÇ AMB SALSÀ I ENCIAM, SOJA I OLIVES

IOGURT NATURAL/ PA

18

SOPA DE VERDURES AMB PICADILLO

PERNILETS DE POLLASTRE I PATATES AL FORN

FRUITA DEL TEMPS/¹ PA

19

CIGRONS GUISATS DE PROXIMITAT

TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB ENCIAM,
TOMÀQUET I FORMATGEFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

20

LLACETS ECOLÒGICS AL FORMATGE

GALL (peix) ARREBOSSAT CASOLÀ AMB
ENCIAM, COGOMBRE I CEBÀFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

23

ESPAGUETIS ECOLÒGICS A LA BOLONYESA

REMENAT D'OU I CARBASSÓ AMB ENCIAM,
PASTANAGA I CEBÀ

PASTÍS DE SANT JORDI

24

CREMA DE CARBASSA I VERDURES FRESQUES
AMB PA FREGITLLOM DE PORC AL FORN AMB ENCIAM, OLIVES I
TOMÀQUETFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

25

ESTOFAT DE PATATES

FILET DE "FOGONERO" ARREBOSSAT CASOLÀ
AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUETFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

26

ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET I POMA

CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA PLANXA
AMB ENCIAM, COGOMBRE I SOJA

IOGURT AROMATITZAT/ PA

27

BROU D'ESCUDELLA AMB VERDURES I
LLEGUMSPEIX BLAU DE TEMPORADA AL FORN AMB
VERDURETESFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

30

COLIFLOR FRESCA AMB PATATES BULLIDES
NATURALSBROQUETA DE GALL DINDI AMB AMANIDA D'
ENCIAM, API I BLAT DE MOROFRUITA DEL TEMPS/¹ PA

PELS SOPARS

L'oli d'oliva es ric en greixos vegetals saludables es
considerat altament beneficiós per a la salut, ja que
ajuda a combatre el colesterol LDL ("dolent").

LLEGENDA

¹ FRUITA I VERDURA DE TEMPORADA
* Préssec, síndria, poma, albercoc, meló...
* Albergínia, mongeta verda i carbassó...

² PA BLANC I PA INTEGRAL