

Menú basal a partir de 12 mesos SETEMBRE

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7	8	9	10	11
14	15 - Mongeta tendra i patata - Estofat de vedella amb pastanaga, tomàquet i ceba - Amanida d'enciam i olives - Fruita del temps	16 - Arròs amb conill, pèsols, pastanaga i pebrot vermell - Amanida d'enciam, tomàquet, olives i pernil dolç. - Fruita del temps	17 - Crema de porros freda (vichyssoise) - Lluç al forn - Amanida d'enciam i tomàquet - logurt natural sense sucre	18 - Macarrons amb tomàquet - Contra cuixa de pollastre al forn - Amanida d'enciam i pastanaga - Fruita del temps
21 - Cigrons estofats amb arròs i bledes - Amanida de tomàquet, olives, pastanaga, blat de moro i ou dur/pollastre. - Fruita del temps	22 - Bròquil i patata - Xai estofat amb samfaina - Amanida d'enciam i blat de moro - Fruita del temps	23 - Arròs amb tomàquet - Lluç al forn amb llimona - Amanida d'enciam, olives i blat de moro - Fruita del temps	24 - Menestra de verdures (patata, pèsols, pastanaga, coliflor i mongeta tendra) - Gall d'indi amb salsa de poma i ceba - logurt natural sense sucre	25 - Macarrons a la bolonyesa de vedella - Amanida de tomàquet, enciam, olives i formatge fresc - Fruita del temps
28 - Mongetes blanques estofades amb pistons, pastanaga i carbassó - Truita - Amanida d'enciam, blat de moro i olives. - Fruita del temps	29 - Espirals amb tomàquet - Bacallà al forn - Amanida d'enciam i pastanaga - Fruita del temps	30 - Crema de carbassó i ceba - Daus de porc estofats amb pastanaga i pèsols - Amanida d'enciam i tomàquet - Fruita del temps	1 - Fideus a la cassola amb gall d'indi, tomàquet, pebrot vermell i ceba - Amanida de tomàquet, olives i formatge fresc - logurt natural sense sucre	2 - Arròs amb tomàquet - Contra cuixa de pollastre amb taronja - Amanida d'enciam i olives - Fruita del temps

- Ús exclusiu d'oli d'oliva per cuinar i amanir.
- Es donarà poma ecològica un cop per setmana.
- És donarà pasta i llegum ecològica.
- És donarà pasta integral un cop al mes.
- Postres làctics la Fageda

FRUITA DE TEMPORADA:

- * Taronja
- * Plàtan
- * Pera
- * Poma

Menú revisat i validat per: JOSEP GOU I GRATACÓS (Farmacèutic i Nutricionista)

Josep Gou Gratacós
 Llicenciat en Farmàcia
 col. núm. 12481