

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 ARRÒS AMB TOMÀQUET CASOLÀ TRUITA D'ALBERGÍNIA AMB AMANIDA (3,11) FRUITA DEL TEMPS	2 EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES (4) PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	3 MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES (1,3,6,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I PEBRE VERMELL AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES (2,4,5,8,13) FRUITA DEL TEMPS	4 BLEDA AMB PATATA (11) GALL DINDI AMB SALSA DE VERDURES IOGURT DE SOIA	5 CREMA DE PORROS (SENSE LLET) POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB AMANIDA (1,3,6,9,10) FRUITA DEL TEMPS
8 MINESTRA DE VERDURES (11) FIDEUÀ DE LA CASA (S/PREPARAT) FRUITA DEL TEMPS	9 LLENTIES ESTOFADES AMB HORTALISSES (1,11) TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET AMANIT I COGOMBRE (3) FRUITA DEL TEMPS	10 HUMMUS DE CIGRÓ CASOLÀ AMB BASTONETS DE PASTANAGA (11) POLLASTRE AL FORN A LA FARIGOLA AMB AMANIDA FRUITA DEL TEMPS	11 ARRÒS AL CURRI AMB VERDURES (1,9) LLUÇ AL FORN AMB ALL I JULIVERT AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	12 PICA-PICA S/LLET (sense natxos) HAMBURGUESA D'AU S/LLET O CARN PLANXA AMB PA S/LLET I PATATES FREGIDES GELAT SENSE LLET O IOGURT DE SOIA
15 AMANIDA D'ARRÒS (tonyina, blat de moro i olives)(4) TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET (3,11) FRUITA DEL TEMPS	16 MONGETA VERDA AMB PATATA (11) POLLASTRE AMB CANYELLA I LLIMONA AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	17 PASTA (NO RAVIOLIS) A LA SICILIANA (tomàquet i olives) PEIX AL FORN AMB SALSETA I BASTONETS DE COGOMBRE (2,4,13) FRUITA DEL TEMPS	18 CREMA DE PÈSOLS I VERDURES (S/LLET) AMB CROSTONS CASOLANS GALL DINDI SALTAT O PEIX AMB XAMPINYONS POSTRA CASOLÀ: MACEDÒNIA DE FRUITA NATURAL	19 MENÚ FI DE CURS SENSE LLET
22	23	24	25	26
29	30			

Un cop al mes, unes postres casolanes. Es servirà pa integral. Us d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir. Us de sal iodada per cuinar. Carn i pollastre produïts a Catalunya. Menús elaborats pel Departament de Dietètica i Nutrició. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat. Disposem de menús adaptats per al·lèrgies i intoleràncies alimentàries.



Amb aquests números permet identificar els al·lèrgens de cada plat.



Fruites de temporada



Setmana temàtica
"Komkiweek"

