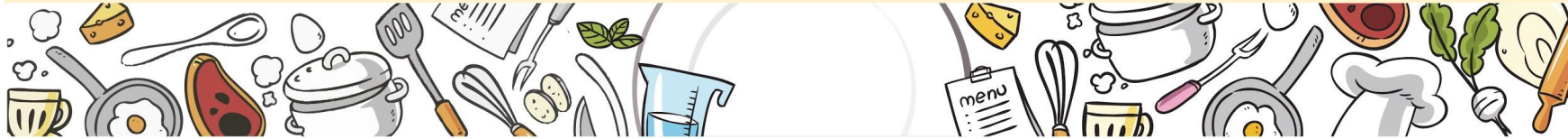


NO OU



Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
Macarrons <b>eco</b> carbonara bacó, crema de llet i <b>NO</b> formatge <b>Peix al forn</b> amb enciam i olives Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Llenties <b>eco</b> estofades amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Verdura de temporada amb patates  Hamburguesa de vedella amb enciam i pipes logurt natural <b>ecològic</b>	Arròs <b>eco</b> amb sofregit de tomàquet  <b>Peix fresc segons mercat</b> amb enciam i pastanaga Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Sopa de verdures amb vegetals de temporada Estofat de gall dindi amb tomàquet, pastanaga i ceba Fruita de temporada <b>ecològica</b>
Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Espaguetis <b>eco</b> amb tomàquet amb tomàquet i <b>NO</b> formatge Lluç al forn amb enciam i pipes Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Cigrons <b>eco</b> estofats amb espinacs espinacs, tomàquet i ceba <b>Gall dindi al forn</b> amb enciam i olives Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Crema de verdures de temporada  <b>Llom arrebossat casolà (sense ou)</b> amb enciam i tomàquet Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Arròs <b>eco</b> a la cassola amb verdures amb pebrots, ceba i pastanaga Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada <b>ecològica</b>	<b>FESTIU</b>
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Crema de verdures de temporada  <b>Peix al forn</b> amb enciam i pipes Fruita de temporada	Arròs <b>eco</b> al pesto amb aïfàbrega i <b>NO</b> formatge Gall dindi al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada	Mongetes <b>eco</b> seques estofades amb vegetals de temporada Salsitxes de porc amb tomàquet  Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patates  Pollastre al forn amb enciam i tomàquet logurt natural <b>ecològic</b>	Fideus <b>eco</b> a la cassola amb verdures amb vegetals de temporada Castanyola al forn amb all i julivert amb enciam i olives Fruita de temporada <b>ecològica</b>
Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26. Menús de sempre
Patates guisades amb costella amb vegetals de temporada i costelleta Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Espirals <b>amb oli</b>  Estofat de vedella jardineria mongeta verda, pastanaga i patata Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Llenties <b>eco</b> estofades amb vegetals de temporada Gall dindi al forn amb enciam i olives Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Arròs <b>eco</b> amb tomàquet  <b>Peix fresc segons mercat</b> amb enciam i pipes Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Crema de moniato  <b>Peix al forn</b> amb niu d'enciams <b>Crema de xocolata</b>
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 31. La Castanyada	<b>Dimecres 24</b> <b>Tastet! Albergínies amb mel</b>	
Trinxat patata, col i permil dolç Llom al forn amb all i julivert amb enciam i pipes Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Arròs <b>eco</b> amb verdures amb vegetals de temporada <b>Peix al forn</b> amb enciam i pastanaga Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Crema de carbassa  Pit de pollastre arrebossat casolà ( <b>sense ou</b> ) amb patates al forn Fruita de temporada <b>ecològica</b>		

El pollastre és de pagès, amb alimentació vegetal, mínim un 65% de cereals, dels quals com a mínim un 50% de blat de moro, sacrificat almenys 56 dies i criat amb sistema extensiu.  
Les verdures i hortalisses són ecològiques.  
Les fruites de temporada poden ser: kiwi, poma, meló, pera, pinya o plàtan.  
Les verdures de temporada poden ser: carbassa, porro, pastanaga, bleda, albergínia o espinacs.



@somvalors  
www.somvalors.com

Revisat per Andrea Rodríguez Sancho CAT000899  
Graduada en Nutrició Humana i Dietètica