

MENÚ BASAL



Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
FESTIU	Arròs <b>eco</b> amb tomàquet  Varetes de lluç amb patates xips Préssec en almívar	Llenties <b>eco</b> estofades amb verdures amb vegetals de temporada Pollastre al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Crema de verdures de temporada  Truita de patates i ceba amb enciam i pipes Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Sopa de galets <b>eco</b> brou d'au i galets <b>Peix fresc segons mercat</b> amb enciam i olives Fruita de temporada <b>ecològica</b>
Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
Macarrons <b>eco</b> amb tomàquet  Truita de formatge amb enciam i blat de moro Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Crema de verdura de temporada amb crostons de pa Estofat de gall dindi amb vegetals de temporada Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Arròs <b>eco</b> a la cassola amb costella amb vegetals de temporada Lluç arrebossat casolà amb enciam i tomàquet logurt <b>ecològic</b>	Sopa vegetal amb vegetals de temporada Pollastre amb salsa de poma amb patates dau Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Cigrons <b>eco</b> estofats amb espinacs tomàquet, espinacs i ceba Hamburguesa de vedella al forn amb enciam i olives Fruita de temporada <b>ecològica</b>
Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
Arròs <b>eco</b> amb tomàquet  Truita de tonyina amb enciam i olives Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Mongetes seques <b>eco</b> estofades amb tomàquet i ceba Pollastre al forn amb enciam i pipes logurt <b>ecològic</b>	Crema de verdura de temporada  Magra de porc al forn amb vegetals de temporada Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Espaguetis <b>eco</b> carbonara crema de llet, bacó, ceba i formatge ratllat <b>Peix fresc segons mercat</b> amb enciam i blat de moro Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Llesques de patata al forn amb verdures amb vegetals de temporada i herbes provençals Tacs de gall d'indi amb salsa  Fruita de temporada <b>ecològica</b>
Dilluns 28. Menús de sempre!	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous 31	
Trinxat de la Cerdanya  Pollastre rostí amb enciam i pastanaga Postres especial	Sopa d'au amb fideus <b>eco</b> brou d'au i fideus Bacallà al forn amb samfaina  Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Arròs <b>eco</b> saltat amb verdures i bolets amb vegetals de temporada i xampinyons Mandonguilles mixtes jardinera amb vegetals de temporada Fruita de temporada <b>ecològica</b>	Verdura de temporada amb patates  Gall dindi al forn amb niu d'enciams Fruita de temporada <b>ecològica</b>	

El pollastre és de pagès, amb alimentació vegetal, mínim un 65% de cerats, 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, mandarina, taronja, pera, pinya, plàtan o magrana.  
 Les verdures de temporada poden ser: bledes, carxofa, col, bròquil, carbassa, coliflor, espinacs, porro, pastanaga, enciam i tomàquet.



@somvalors  
[www.somvalors.com](http://www.somvalors.com)