

NO OU, NO KIWI, NO FRUITS SECS



<p><b>Dilluns 31</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dimarts 1</b></p> <p><b>FESTIU</b></p>	<p><b>Dimecres 2</b></p> <p>Espirals <b>ECO</b> a la napolitana sofregit de tomàquet i ceba <b>ECO</b> SENSE formatge ratllat</p> <p>Pollastre a la planxa amb enciam, remolatxa i olives</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dijous 3</b></p> <p>Llenties <b>ECO</b> amb arròs i verdures <b>ECO</b> de temporada</p> <p>Filet de lluç a la llimona amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Divendres 4</b></p> <p>Trinxat de bròquil i patata <b>ECO</b> amanit amb oli d'oliva</p> <p>Fricandó de vedella a la jardinera</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>
<p><b>Dilluns 7</b></p> <p>Fideus <b>ECO</b> a la cassola amb pebrot vermell i ceba <b>ECO</b></p> <p>Abadejo amb ceba caramel·litzada amb enciam i olives</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dimarts 8</b></p> <p>Verdura</p> <p>Cigrons <b>ECO</b> estofats i verdures <b>ECO</b> de temporada</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dimecres 9</b></p> <p>Sopa d'arròs <b>ECO</b> amb caldo de peix</p> <p>Botifarra de porc al forn amb enciam i remolatxa</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Dijous 10. Dia de proteïna vegetal</b></p> <p>Cuscús de verdures i verdures <b>ECO</b> de temporada</p> <p>Mongetes seques estofades amb carbassa <b>ECOs</b> amb sofregit de tomàquet i ceba</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Divendres 11</b></p> <p>Coliflor <b>ECO</b> amb patates amanit amb oli d'oliva</p> <p>Pollastre de pagès rostit amb verdures i verdures <b>ECO</b> de temporada</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>
<p><b>Dilluns 14</b></p> <p>Verdura</p> <p>Llenties <b>ECO</b> estofades amb carbassó i porro <b>ECO</b></p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dimarts 15</b></p> <p>Tricolor de verdura <b>ECO</b> amb mongeta verda, pastanaga i patata</p> <p>Daus de pollastre de pagès al llorer amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dimecres 16</b></p> <p>Arròs <b>ECO</b> saltat amb verdures <b>ECO</b> porro, pebrot vermell, ceba i pastanaga</p> <p>Hamburguesa de vedella ecològica amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dijous 17</b></p> <p>Espaguetis <b>ECO</b> al pesto rosso amb tomàquet sec, alfàbrega SENSE formatge ratllat ni nous</p> <p>Peix fresc segons mercat</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Divendres 18</b></p> <p>Crema de verdures <b>ECO</b></p> <p>Pit de gall dindi amb salsa de poma <b>ECO</b> amb niu d'enciams</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>
<p><b>Dilluns 21</b></p> <p>Escudella barrejada vegetal <b>ECO</b> amb verdures i cigrons <b>ECO</b></p> <p>Peix al forn</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dimarts 22. Menú temàtic</b></p> <p>Arròs <b>ECO</b> a l'estil oriental amb col, pastanaga, gambes i salsa de soja</p> <p>Daus de porc amb salsa agredolça SENSE llavors de sèsam</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dimecres 23</b></p> <p>Patates <b>ECO</b> estofades i verdures <b>ECO</b> de temporada</p> <p>Gall dindi al forn amb salsa amb niu d'enciams</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dijous 24</b></p> <p>Macarrons <b>ECO</b> amb salsa de xampinyons amb crema de llet, ceba i xampinyons</p> <p>Pit de pollastre de pagès a la planxa amb enciam i remolatxa</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Divendres 25</b></p> <p>Trinxat de col i patata <b>ECO</b> amanit amb oli d'oliva</p> <p>Peix fresc segons mercat</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>
<p><b>Dilluns 28</b></p> <p>Llacet a la nerano amb alfàbrega, carbassó <b>ECO</b> SENSE formatge ratllat</p> <p>Filet de lluç a la taronja amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dimarts 29</b></p> <p>Mongeta verda amb patata amanit amb oli d'oliva</p> <p>Pollastre de pagès a la planxa amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt <b>ECO</b> a granel</p>	<p><b>Dimecres 30</b></p> <p>Llenties <b>ECO</b> estofades</p> <p>Pizza casolana de gall dindi amb sofregit de tomàquet, i gall dindi</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Dijous 1</b></p> <p>Arròs <b>ECO</b> de tardor amb verdures <b>ECO</b> de temporada i bolets</p> <p>Estofat de magra de porc amb sofregit de tomàquet, ceba i patata</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>	<p><b>Divendres 2</b></p> <p>Trinxat de verdures <b>ECO</b> de temporada amanit amb oli d'oliva</p> <p>Peix al forn amb niu d'enciams</p> <p>Fruita <b>ECO</b> de temporada (NO kiwi)</p>



@somvalors  
www.somvalors.com