



1

dll

2

Patata mongeta i pastanaga eco

Pit d'au arrebossat

Enciam, blat de moro i soja

Pa integral i fruita

dm

3

Espirals eco al pesto

Truita de carbassó eco

Enciam, tomata i cogombre

Pa integral i fruita eco

dc

4

Bròquil amb beixamel

Cigrons eco guisats

Enciam, pastanaga i soja

Pa integral i fruita

dj

5

Arròs integral eco amb tomata

Bacallà al forn

Enciam, tomata i olives verdes

Pa integral i iogurt cooperativa

dv

6

Crema de mongeta seca eco

Pollastre rostit

Enciam, cogombre i remolatxa

Pa integral i fruita eco

2

dll

9

Llenties eco guisades amb quinoa

Llom de lluç planxa

Enciam, blat de moro i remolatxa

Pa integral i fruita eco

dm

10

Patata pèsol i pastanaga bullits

Contracuixa de pollastre planxa

Enciam, pastanaga i blat de moro

Pa integral i iogurt cooperativa

dc

11

Espaguetis eco italiana

(salsa tomata natural)

Salmó al forn

Enciam, tomata i cogombre

Pa integral i fruita

dj

12

Crema de verdura eco

Cigrons guisats amb sípia

Enciam, pastanaga i api

Pa integral i fruita eco

dv

13

Paella eco de verdures

Truita de formatge

Enciam, cogombre i remolatxa

Pa integral i fruita

3

dll

16

Amanida amb ou dur

(enciam, tomata, olives, blat de moro i ou dur)

Macarrons bolonyesa vegetal

(soja i tomata)

Pa integral i fruita eco

dm

17

Cigrons eco amb patata

Truita d'espínacs eco

Enciam, roure, tomata, espínacs i olives negres

Pa integral i fruita

dc

18

Arròs integral eco amb tomata

Daus de gall dindi amb salsa

Enciam, blat de moro i soja

Pa integral i iogurt cooperativa

dj

19

Patata mongeta i pèsol al vapor

Llom de lluç a la romana

Enciam, cogombre i remolatxa

Pa integral i fruita eco

dv

20

Crema de carbassa i pastanaga ec

Pollastre al forn

Enciam, tomata i ceba

Pa integral i fruita

4

dll

23

Patata mongeta i bròquil eco vapo

Hamburguesa mixta planxa

(carn de porc i vedella)

Enciam, blat de moro i remolatxa

Pa integral i fruita eco

dm

24

Tallarines eco italiana

(amb salsa tomata natural)

Seitons enfarinats

Enciam, tomata i cogombre

Pa integral i iogurt cooperativa

dc

25

Crema de pèsols

Pernilets pollastre al forn

Enciam, pastanaga i blat de moro

Pa integral i fruita

dj

26

Pastís de verdures

Mongeta seca eco guisada a/
verdura

Enciam, tomata i olives verdes

Pa integral i fruita eco

dv

27

Arròs eco quatre gustos

(carbassa, carbassó, blat de moro, xampinyons)

Truita francesa eco

Enciam, tomata i cogombre

Pa integral i fruita

5

dll

dm

dc

dj

dv