



1

dll 4
Llenties eco guisades amb quinoa

Hamburguesa vegetal

Enciam, blat de moro i remolatxa
Pa integral i fruita eco

dm 5
Patata pèsol i pastanaga bullits

Contracuixa de pollastre planxa

Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i iogurt cooperativa

dc 6
Espaguetis eco integrals italiana
(salsa tomata natural)
Salmó al forn

Enciam eco, tomata i cogombre
Pa integral i fruita

dj 7
Crema de verdura eco
(amb carbassó eco)
Mandonguilles de porc
(guisades amb sípia)
Enciam, pastanaga i api
Pa integral i fruita eco

dv 8
Paella eco de verdures

Truita eco d'espínacs

Enciam, cogombre eco i remolatxa
Pa integral i fruita

2

dll 11
Arròs integral eco amb tomata
(salsa tomata natural)
Daus de gall dindi amb salsa

Enciam, pastanaga i api
Pa integral i fruita eco

dm 12
Cigróns eco, patata i bledes bullits

Truita de carbassó eco

Enciam, roure, tomata, espínacs i olives negres
Pa integral i fruita

dc 13
Amanida variada amb tonyina
(enciam, roure, tomata, pastanaga i raves)
Macarrons eco bolonyesa vegetal
(soja i tomata)
Pa integral i iogurt cooperativa

dj 14
Crema de carbassa i pastanaga ec

Llom de lluç al forn

Enciam, cogombre i remolatxa
Pa integral i fruita eco

dv 15
Amanida de llenties eco
(arròs, tomata, tonyina i olives)
Aletes de pollastre al forn

Enciam, tomata eco i ceba
Pa integral i fruita

3

dll 18
Patata mongeta i bròquil eco vapo

Llom de porc planxa

Enciam, blat de moro i remolatxa
Pa integral i fruita eco

dm 19
Arròs eco quatre gustos
(carbassa, carbassó, blat de moro, xampinyons)
Mandonguilles vegetals
(amb salsa de tomata)
Enciam, tomata i cogombre
Pa integral i iogurt cooperativa

dc 20
Crema de pèsols eco

Pernilets pollastre al forn

Enciam, pastanaga i blat de moro
Pa integral i fruita

dj 21
Amanida de mongeta seca eco
(tonyina, tomata i olives)
Truita francesa eco

Enciam, pebrot i pastanaga ecològics
Pa integral i fruita eco

dv 22
Tallarines eco integrals italiana
(amb salsa tomata natural)
Bacallà al forn

Enciam, tomata i cogombre
Pa integral i fruita

4

dll 25

Festa

dm 26
Fesolets eco bullits amb patata

Pollastre rostit

Enciam, tomata i cogombre
Pa integral i fruita eco

dc 27
Espaguetis eco al pesto

Truita eco d'espínacs

Enciam, pastanaga i soja
Pa integral i fruita

dj 28
Ensaladilla russa
(maionesa ou dur i tonyina)
Cap de llom rostit

Enciam, tomata i olives verdes
Pa integral i iogurt cooperativa

dv 29
Empedrat de cigrons eco
(tomata, tonyina i olives)
Croquetes de bròquil vilanova

Enciam, cogombre i remolatxa
Pa integral i fruita eco

5

dll

dm

dc

dj

dv