

GENER – SENSE CARN

DILLUNS	DIMARTS	DIMERCRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
4	5	6	7	8
11 SOPA (pasta, col, apio, cebolla, zanahoria y patata) ALBÓNDIGAS DE HEURA EN SALSA (cebolla, zanahoria y ajo) CON GUI SANTES ZANAHORIA CON QUESO FRESCO FRUTA DE TEMPORADA	12 LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (cebolla, tomate, pimiento y ajo) LOMO DE MERLUZA CON SALSA DE TOMILLO (crema de leche y tomillo) TOMATE CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	13 MENÚ MEXICANO NACHOS CON GUACAMOLE Y QUESO CHEDDAR FAJITAS DE FRIJOLES Y VERDURAS (cebolla, pimiento verde, pimiento rojo y zanahoria) YOGURT	14 PURÉ DE CALABAZA (patata, calabaza y cebolla) HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS LECHUGA CON FRUTOS SECOS FRUTA DE TEMPORADA	15 ARROZ 3 DELICIAS (maíz, guisantes y tortilla) LOMO DE SALMÓN AL HORNO CON PIMIENTO Y CEBOLLA ZANAHORIA RALLADA CON PEPINO FRUTA DE TEMPORADA
18 PURÉ DE LENTEJAS ROJAS CROQUETAS DE SETAS CON CALABACÍN AL HORNO TOMATE CON ORÉGANO FRUTA DE TEMPORADA	19 ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES HAMBURGUESA DE TOFU Y CALABACÍN ZANAHORIA CON TOMATE YOGURT	20 SOPA CON GARBANZOS (pasta, col, apio, cebolla, zanahoria y patata) LOMO DE BACALAO AL HORNO CON CEBOLLA Y TOMATE LECHUGA CON AGUACATE FRUTA DE TEMPORADA	21 BROCOLI Y PATATA AL VAPOR CON ACEITE DE OLIVA TORTILLA DE CALABACÍN Y CEBOLLA TOMATE CON QUESO FRUTA DE TEMPORADA	22 ESPIRALES AL PESTO (albahaca, piñones, parmesano y aceite de oliva) FILETE DE HALIBUT AL HORNO CON CHAMPIÑONES LECHUGA CON FRUTOS SECOS FRUTA DE TEMPORADA
25 JUDÍA VERDE Y PATATA AL VAPOR CON ACEITE DE OLIVA BOCADOS DE HEURA CON HIERBAS PROVENZALES Y TOMATE ZANAHORIA CON MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	26 MACARRONES CON SALSA DE TOMATE FILETE DE MERLUZA REBOZADO (huevo y harina) CON PATATA Y CEBOLLA LECHUGA CON TOMATE YOGURT	27 SOPA CON GARBANZOS (pasta, col, apio, cebolla, zanahoria y patata) TORTILLA DE PATATAS TOMATE CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	28 ENSALADA DE TOMATE, ACEITUNAS Y MOZARELLA PAELLA MARINERA (sepia, gambas, cebolla, pimiento, tomate y ajo) FRUTA DE TEMPORADA	29 PURÉ DE VERDURAS (judía verde, cebolla, patata y zanahoria) PIZZA (atún, tomate, mozzarella y orégano) LECHUGA CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA

Berenar de la tarda per als alumnes de preescolar: dos tardes fruita, tres tardes panet de xocolata, formatge o embotit.
Menú supervisat per la dietista Adhara Giner. Núm. CAT00112 del CODINUCAT (Col·legi de dietistes - nutricionistes de Catalunya).
Els plats assenyalats en negreta estan elaborats amb productes ecològics, així com totes les fruites dels menjars i els berenars.