

## SEPTEMBRE – SANS VIANDE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
			1	2
<b>5</b> JUDÍA VERDE Y <b>PATATA</b> AL VAPOR CON ACEITE DE OLIVA  HEURA AL HORNO CON <b>COMPOTA DE MANZANA</b>  <b>ZANAHORIA</b> CON GUACAMOLE  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>6</b> <b>ENSALADA DE ARROZ</b> (lechuga, queso y maíz)  LOMO DE BACALAO AL HORNO CON <b>TOMATE</b> <b>Y CEBOLLA</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>7</b> <b>GARBANZOS SALTEADOS</b> <b>CON CEBOLLA Y TOMATE</b> <b>NATURAL</b>  ALBÓNDIGAS VEGETALES A LA <b>JARDINERA</b>  <b>LECHUGA, MANZANA</b> <b>Y KIWI</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>8</b> <b>PURÉ DE VERDURAS</b>  TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA  <b>TOMATE CON FRUTOS SECOS</b>  YOGUR NATURAL	<b>9</b> <b>ESPAGUETIS</b> <b>INTEGRALES CON SALSA</b> <b>DE TOMATE Y QUESO</b>  LOMO DE MERLUZA AL HORNO CON <b>CEBOLLA</b> <b>Y GUISANTES</b>  CANÓNIGOS Y <b>ZANAHORIA</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>
<b>12</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> CON ACEITE DE OLIVA (patata, judías, zanahoria y guisantes)  TIRAS DE HEURA AL HORNO CON CHAMPIÑONES <b>Y CEBOLLA</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>13</b> <b>LENTEJAS CON</b> <b>VERDURAS</b>  CALAMARES A LA ROMANA CON <b>TOMATE AL HORNO</b>  <b>ZANAHORIA CON</b> <b>FRUTOS SECOS</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>14</b> <b>ARROZ CON</b> <b>VERDURAS SALTEADAS</b> (zanahoria, pimiento y cebolla)  TORTILLA DE ESPINACAS  <b>LECHUGA Y ZANAHORIA</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>15</b> <b>ENSALADA DE PASTA</b> (lazos, tomate, aceitunas, queso y maíz)  LOMO DE MERLUZA AL HORNO CON GUISANTES <b>Y CEBOLLA</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>16</b> <b>CREMA DE ZANAHORIA</b>  LOMO DE SALMÓN AL HORNO CON <b>BASE DE</b> <b>PATATAS</b>  CANÓNIGOS Y <b>TOMATE</b>  YOGUR NATURAL
<b>19</b> <b>ESPIRALES AL PESTO</b>  TORTILLA FRANCESA CON QUESO  <b>LECHUGA Y MAÍZ</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>20</b> <b>ARROZ CON</b> <b>VERDURITAS SALTEADAS</b> (alcachofa, zanahoria, pimiento rojo y cebolla)  FILETE DE HALIBUT CON <b>CEBOLLA</b>  YOGUR NATURAL	<b>21</b> LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURA  HEURA CON SALSA DE <b>ZANAHORIA, CEBOLLA</b> <b>Y PUERO</b>  CANÓNIGOS Y MOZARELLA  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>22</b> <b>BRÓCOLI Y PATATA</b> GRATINADO CON BECHAMEL  PIZZA (atún, tomate, queso y orégano)  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>23</b> <b>CREMA DE CALABACÍN</b>  HAMBURGUESA DE VEGETAL CON <b>PATATA AL HORNO</b>  <b>TOMATE CON ORÉGANO</b>  FRUTA DE TEMPORADA
<b>26</b>	<b>27</b> COUS COUS CON <b>VERDURAS</b>  ALBÓNDIGAS VEGETALES AL HORNO CON <b>CEBOLLA,</b> <b>CIRUELAS Y PASAS</b>  <b>TOMATE Y ACEITUNAS</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>28</b> <b>CREMA DE VERDURAS</b>  FILETE DE MERLUZA REBOZADO  <b>RÚCULA Y ZANAHORIA</b>  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>29</b> <b>ENSALADA DE</b> <b>GARBANZOS, TOMATE,</b> <b>QUESO Y ZANAHORIA</b>  HUEVO DURO CON <b>SALSA</b> <b>DE VERDURAS Y QUESO</b> GRATINADO  <b>FRUTA DE TEMPORADA</b>	<b>30</b> <b><u>MENÚ VALENCIANO</u></b>  <b>ENSALADA VARIADA</b>  ARROZ A BANDA  FARTONS CON HELADO DE VAINILLA

Gôûter l'après-midi pour les enfants de maternelle: deux jours/sem. fruits, trois jours/sem. pain avec du chocolat, du fromage ou de la charcuterie.  
Menu sous la supervision de la diététicienne Victoria Grau Aleu Num CAT002048 du CODUNICAT (Col·legi de dietistes-nutricionistes de Catalunya).  
Les plats indiqués en gras sont faits avec des produits biologiques, ainsi que tous les fruits des repas et du goûter.