

DILLUNS

3
Espirals amb ceba i xampinyons saltejats
Truita de patata i espinacs
Tomàquet amanit amb cogombre
Poma

DIMARTS

4
Amanida de cigrons (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Estofat de vedella amb patata dau
Pruna

DIMECRES

5
Arròs amb salsa de tomàquet, ceba i pastanaga
Maires a l'andalusa
Amanida d'enciam i blat de moro
logurt natural (La Fageda)

DIJOUS

6
Espinacs amb patata a l'allet
Llenties guisades amb verdures (ceba, all, tomàquet i pebrot)
Plàtan

DIVENDRES

7
Crema de pèsols, patata i porro
Cuixetes de pollastre al forn amb salsa curry i cus cus
Pera

10
Crema de carbassa, porro i cigrons amb crustons
Hamburguesa de coliflor
Amanida d'enciam i olives
Poma

11
Bròquil amb patata xafada
Estofat de gall d'indi amb pèsols
Pera

FESTIU

12
Arròs tres delícies
Truita de patata i ceba
Tomàquet amanit amb cogombre
logurt natural (La Fageda)

14
Macarrons amb tomàquet i formatge ratllat
Lluç al forn a la llimona
Amanida d'enciam i cogombre
Meló

17
Arròs caldós amb bolets
Truita francesa amb formatge
Tomàquet amanit amb blat de moro
Pruna

18
Espaguetis a la carbonara
Cuetes de rap a la marinera amb pèsols
Poma

19
Crema de patata i porro amb daus de poma
Fajitas farcides de cigrons i verdures
Amanida d'enciam i olives
Plàtan

20
Mongeta blanca estofada amb verdures (ceba, all, pebrot, tomaquet)
Pollastre al forn
Amanida d'enciam i olives
logurt natural eco nadoç

21
Verdura tricolor (patata, bledes i pastanaga)
Canelons de carn amb beixamel
Pera

24
Coliflor amb patata a l'allet
Llenties estofades amb arròs
Plàtan

25
Arròs a la marinera
Truita de patata i tonyina
Amanida d'enciam i pastanaga
Pera

26
Mongeta tendra amb patata
Fideus a la cassola amb salsitxa de porc
Taronja

27
Cigrons saltejats amb ceba, all, pastanaga i tomàquet
Gall de sant pere al forn
Amanida d'enciam i blat de moro
Poma

28
DINAR DE CASTANYADA
Crema de pastanaga i moniatos
Gall d'indi arrebossat amb patates fregides
Panellets i castanyes

**LLIURE
DISPOSICIÓ**



Tota la llegum, pasta, arròs, vedella, patata i enciam prové de producció ecològica. En verd assenyallem els productes ecològics d'octubre. Tota la fruita, verdures i hortalisses son de temporada.



La poma, pera i taronja provenen de l'agricultura de producció integrada



Cada dia oferim pa de proximitat. I setmanalment iogurt la fageda (projecte d'inserció social) i ecològic i de proximitat (excepte en els menús especials com el dinar de benvinguda)



Menú de proteïna vegetal

