

## OCTUBRE 2019

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Setmana 1		Mongeta tendra i patata Pollastre al romaní Xampinyons Amanida d'enciam Fruita del temps	Amanida completa (enciam, tomàquet, espàrrecs i blat de moro) Arròs amb verdures i peix Làctic	Cigrons estofats amb bledes i carbassa Truita a la francesa Amanida de tomàquet, pastanaga i olives Fruita del temps	Escudella (galets, col, cigrons) Peix fresc amb amanida de pastanaga ratllada i col llombarda Fruita Del temps
Setmana 2	Trinxat de col, patata i all tendre Ou dur farcit de tonyina Amanida d'enciam, olives negres i poma Fruita del temps	Arròs integral amb salsa de tomàquet Botifarra Pastanaga ratllada i blat de moro Làctic	Bròquil gratinat amb beixamel Pollastre al forn Patates chips Fruita del temps	Fideuà amb verdures Peix fresc Amanida d'enciam , tomàquet i olives Fruita del temps	Llenties guisades amb ceba i pastanaga Fricandó Enciam i magrana Fruita del temps
Setmana 3	Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pèsols) <i>Burritos</i> de llom Amanida d'enciam, cogombre i olives Fruita del temps	Macarrons bolonyesa Truita de carbassó Tomàquet amanit Fruita del temps	Cigrons guisats amb pastanaga i col Peix fresc al forn Escalivada Fruita del temps	Patata amb bleda Broqueta de pollastre Amanida de tomàquet i escarola Crema catalana	Crema de carbassa Mongetes seques guisades amb porro i pastanaga Fruita del temps
Setmana 4	Llenties amb sofregit de tomàquet i ceba Vedella al forn ;Amanida de pastanaga i remolatxa ratllades Fruita del temps	Sopa de pistons Arròs amb marisc i pèsols Enciam amb magrana Fruita del temps	Espaguetis amb xampinyons i formatge Pollastre rostit amb all i llimona Amanida d'enciam i olives logurt	Cigrons guisats amb all i julivert Truita de pernil dolç Amanida d'enciam amb daus de pastanaga i blat de moro Fruita del temps	Crema de porro, naps i moniato Peix arrebossat Patata al forn Fruita del temps
Setmana 5	Patata amb mongeta verda Estofat de pollastre Pèsols i pastanaga Làctic	Sopa de peix Truita de patates i ceba Cirerols al forn Fruita del temps	Crema de seques i carbassa Llom al forn amb salsa Amanida Plàtan	Arròs, coliflor i tomàquet Peix fresc al forn Enciam, pastanaga, blat moro Fruita del temps	

\*Peix fresc (segons mercat)

<b>MENÚ RÈGIM</b>	Arròs bullit Hamburguesa de pollastre	Puré de patata i pastanaga; peix al forn	Arròs bullit Pollastre a la planxa	Puré de patata i pastanaga; bistec	Sopa d'arròs Peix al forn
<b>BERENAR E.I.</b>	Pa i embotit	Llet amb galetes	Pa amb plàtan	Pa amb xocolata	Coca amb llet o pa amb formatge