

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



Un cop al mes, unes postres casolanes

6
AMANIDA COMPLETA/ CREMA DE VERDURES
FIDEUS A LA CASSOLA
FRUITA DEL TEMPS

7
PATATES GUISADES AMB HORTALISSES
TRUITA D'ESPINACS I PATATA AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

8
CREMA DE CARBASSÓ ECOLÒGICA
CONTRACUIXA DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

9
TRINXAT DE BLEDA, CARBASSA I PATATA
SALSITXES DE PAGÈS A LA PLANXA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRASOL
IOGURT

10
ARRÒS AMB BLAT DE MORO I OLIVES
SUQUET DE PEIX
FRUITA DEL TEMPS

13
LLACETS AMB PESTO DE BRÒCOLI
TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
FRUITA DEL TEMPS

14
ARRÒS AMB TOMÀQUET
LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES
FRUITA DEL TEMPS

15
SOPA DE LLETRES
PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE
FRUITA DEL TEMPS

16
CREMA DE VERDURES ECOLÒGIQUES
PEIX PLANXA AMB AMANIDA (S/SOIA)
FRUITA DEL TEMPS

17
FESTIU

20
FESTIU

21
ARRÒS AMB VERDURES ECOLÒGIQUES
NUGGETS DE POLLASTRE AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA DEL TEMPS

22
AMANIDA D'ESPIRALS AMB OLIVES I BLAT DE MORO
OUS DURS AMB Salsa DE TOMÀQUET
FRUITA DEL TEMPS

23
PURÉ DE PASTANAGA I XIRIVÍIA
HAMBURGUESA MIXTA AMB AMANIDA
IOGURT

24
MONGETA VERDA AMB PATATA
ALETES DE POLLASTRE ADOBADES AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES
FRUITA DEL TEMPS

27
SOPA DE PEIX AMB ARRÒS ECOLÒGIC
REMENAT D'OUS AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

28
AMANIDA D'ESTIU (PATATA, TONYINA, OLIVES I BLAT DE MORO)
CIGRONS ECOLÒGICS ESTOFATS AMB VERDURES
FRUITA DEL TEMPS

29
GASTRONOMIA DE TAILÀNDIA
"PAD THAI" (TALLARINS AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I Salsa DE SOJA)
"GAI PAD MED MAMUANG" (POLLASTRE,, Ceba, PEBROT I Salsa DE SOJA) AMB AMANIDA
"KLUAY BUAT CHI" (BATUT DE PLÀTAN, IOGURT I COCO)

30
MINISTRA CASOLANA AMB PÈSOLS
[CANANA FRESCA DE LA LLOTJA DE PALAMÓS](#) AMB ARRÒS
FRUITA DEL TEMPS

31
PURÉ DE PORROS AMB CROSTONS
CANELONS GRATINATS AMB AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

Les fruites del temps són: taronja, pera, poma, plàtan, pruna, pinya... Descobreix-les totes [aquí](#)

Es servirà pa integral.

Ús d'oli d'oliva per cuinar, oli d'oliva verge per amanir i alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar.

Carn i Pollastre produïts a Catalunya

Peix fresc de les llotges de Palamós, varietats com: seitó, maira, canana,...

Menús elaborats pel departament de Dietètica i Nutrició.

Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Escriu les paraules d'aquests Mots Emcreuats

