

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	1 ARRÒS 3 DELÍCIES (PERNIL, PÈSOLS I PASTANAGA)  ALES DE POLLASTRE AMB SALSABARCOA I ENCIAM I OLIVES  FRUITA DEL TEMPS	2 LLENTIES ECO ESTOFADES AMB HORTALISSES  TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  FRUITA DEL TEMPS	3 COLIFLOR AMB PATATA GRATINADA  SALSITXES D'AU A LA PLANXA AMB SALSABARCOA I TOMÀQUET NATURAL  IOGURT	4 ESPIRALS AL PESTO (oli, alfàbrega i formatge)  OUS REMENATS AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS
7 ARRÒS ECO AMB BOLETS  TRUITA D'ESPINACS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA  FRUITA DEL TEMPS	8 CREMA DE MONGETES BLANQUES I PASTANAGA  PASTÍS DE PATATA GRATINAT O PATATES GRATINADES  FRUITA DEL TEMPS	9 ESPAGUETIS ECO AL POMODORO (tomàquet i alfàbrega)  DAUS DE POLLASTRE AL CURRI AMB AMANIDA D'ENCIAM I TOMÀQUET  FRUITA DEL TEMPS	10 CIGRONS ESTOFATS A LA RIOJANA  CARN PLANXA AMB AMANIDA  IOGURT	11 TRINXAT DE COL I PATATA  CAP DE LLOM ROSTIT AMB SALSETA AMB SALSETA I CEBA  FRUITA DEL TEMPS
14 LLENTIES ECOLÒGIQUES GUISADES  OUS REMENATS AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	15 MONGETA VERDA AMB PATATA  CANELONS CASOLANS SENSE PEIX O MUSAKA SENSE PEIX  FRUITA DEL TEMPS	16 SOPA VEGETAL AMB ARRÒS  POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	17 MACARRONS AMB SOFREGIT DE VERDURES  TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA  IOGURT	18 PURÉ DE CARBASSÓ ECOLÒGIC  WOK DE GALL DINDI AMB VERDURETES  FRUITA DEL TEMPS
21 CREMA DE LLEGUMS  PAELLA DE VERDURES ECOLÒGIQUES  FRUITA DEL TEMPS	22 PATATES ESTOFADES AMB HORTALISSES  PERNILETS DE POLLASTRE AL XILINDRÓN I AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	23 PASTA ECO A LA CARBONARA  CARN PLANXA AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	24 MINESTRA CASOLANA  TRUITA DE PATATA I CEBA AMB ENCIAM I OLIVES  FRUITA DEL TEMPS	25 SOPA DE BROU  ESCALOPA CASOLANA AMB AMANIDA  TASTET: PASTÍS DE POMA DE GIRONA
28 TALLARINS SALTATS AMB VERDURES ECOLÒGIQUES I SALSABARCOA  TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	29 OLLA BARREJADA AMB CIGRONS, COL I PASTANAGA  CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA  FRUITA DEL TEMPS	30 ARRÒS ECOLÒGIC AMB TOMÀQUET CASOLÀ  OUS DURS EN SALSABARCOA  FRUITA DEL TEMPS	31    FESTIU	

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 lodada per cuinar.  
Carn i Pollastre produïts a Catalunya. Peix fresc amb 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.



**Un cop al mes,  
unes postres casolanes**

**Sabies que...?**



La Carbassa, amb el seu color taronja, és un producte de temporada de la tardor. Gairebé totes les parts són comestibles, incloses les fulles, les arrels, les flors i les pipes de la carabassera! Amb aquesta hortalissa s'han creat des de l'antiguitat instruments musicals com maraques, sonalls o picarols, gràcies a la caixa de ressonància que es pot construir al buidar per dins i deixar assecar l'escorça.