



Menú de Gener

		PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRES
DL	8	Macarrons amb salsa de tomàtiga (1)	Hamburguesa casolana de vedella amb amanida d'enciam	Iogurt natural(2)
DM	9	Cuinat de mongetes amb bleda, pebre vermell, ceba, tomàtiga , patata i pastanaga.	Cuixetes de pollastre al forn amb amanida d'enciam	Fruita
DX	10	Arròs melós de rap amb pastanaga i pèsols	Peix al forn	Fruita
DJ	11	Sopeta d'espelta (1) de brou de carn i verdura.	Truita de patata(5) amb amanida d'enciam.	Fruita
DV	12	Crema de carabassa i porro	Arròs saltejat amb peix al forn amb salsa de tomàtiga i pastanaga.	Fruita
DL	15	Cuinat de cigrons amb carabassa, patata, col i bròquil	Croquetes de pollastre amb (1,2,5) amb amanida d'enciam.	Fruita
DM	16	Crema de porro, carabassó i pastanaga	Llom al forn amb ceba i patates al vapor	Amanida de fruita del temps
DJ	18	Paella mixta (sense marisc)	Amanida variada amb enciam, pastanaga, alvocat	Iogurt
DV	19	Greixera d'ous(5)	Peix a la mallorquina	Fruita
DL	22	Sopeta d'espelta amb costella(1)	Peix al forn	Iogurt (2)
DM	23	Fava perada	Pizza d'espelta (1) amb amanida d'enciam, alvocat,	Fruita
DX	24	Arròs de peix	Fulles d'enciam i alvocat	Fruita
DJ	25	Crema de carabassa i bròquil	Rostit de pollastre amb patates	Fruita
DV	26	Cuinat de cigrons amb carabassa, patata, colflori	Pastís de peix (1,5)	Fruita
DL	29	Espaguetis ala bolonyesa (1)	Amanida d'enciam	Iogurt (2)
DM	30	Cuinat de lleties amb verdura i patata	Peix al vapor	Fruita
DX	31	Arròs saltejat amb pèsols, pastanaga, truita (5) i pernil	Pollastre a la planxa	Fruita

1. **Gluten:** utilitzar substituïts sense gluten per celíacs o intolerants .
2. **Lactis:** utilitzar substituïts sense lactosa o begudes vegetals per al·lèrgics o intolerants .
3. **Fruits secs:** evitar el seu ús en al·lèrgics i sencers sols als majors de 6 anys .
4. **Peix blau:** per als nins a partir de 3 anys
5. **Ous**

Verdura de l'estació

Carabassa, bròquil, col, colflori, bledes, remolatxa, pastanaga, moneiapi.....

Fruita de l'estació

Poma, alvocats, plàtan, pera, codony, magrana, castanyes