

## MENU SETEMBRE

		PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRES	SOPAR ALTERNATIU
DL	12	Pasta d'espelta amb salsa de tomàtiga casolana (ceba, tomàtiga i pastanaga) i formatge gratinat 🍷 🍷	LLuç al forn amb amanida d'enciam	Fruita	Crema freda de carabassó i porro + tires de pollastre arrebossades amb farina d'ametlla al forn 🍷
DM	13	Crema de carabassó, porro i pastanaga	Truita de patata amb trempó (tomàtiga, ceba, pebre) 🍷	Fruita	Calamar a la planxa amb amanida i crostons al forn 🍷
DX	14	Ensaladilla Russa (patata, pèsols, mongeta, pastanaga, tonyina i ou) 🍷 🍷	Cuixes de pollastre rostides amb enciam	Fruita	Truita de ceba amb amanida i quinoa/arròs basmati
DJ	15	Amanida amb enciam, cogombre, pastanaga, blat de moro i tomàtiga	Paella de peix (arròs pèsols, mongeta, pebre vermell, brou de peix, calamar, gamba) 🍷	logurt natural 🍷	Peix blau al forn amb puré de patata i carabassa
DV	16	Llenties cuinades amb carabassa, pastanaga, ceba, tomàtiga pebre, colflori	Bistec arrebossat amb tomàtiga trempada 🍷 🍷	Fruita	Pizza casolana i amanida 🍷 🍷
DL	19	Arròs saltat amb pastanaga, pèsols i salsa de tomàtiga	Truita de formatge amb amanida d'enciam 🍷 🍷	Fruita	Sardines a la planxa amb amanida i pa torrat 🍷 🍷
DM	20	Cuinat de cigrons amb col, carabassa, colflori i patata	Hamburguesa casolana de pollastre amb tomàtiga trempada	Fruita	Ous a la planxa amb monei al forn i amanida 🍷
DX	21	Crema de carabassa, porro i patata	Peix arrebossat i amanida d'enciam, alvocat, blat de moro i olives 🍷 🍷	logurt natural 🍷	Pit d'indi saltat amb xampinyons, grells, panses i quinoa/cus cus 🍷
DJ	22	Sopa de brou de pollastre 🍷	Pastís de carn (porc, ceba, tomàtiga, albergínia, ou) i amanida d'enciam, tomàtiga i ceba 🍷	Fruita	Crema de verdura i monei Rap al papillot
DV	23	Amanida d'enciam, olives, tomàtiga, cogombre, pastanaga i alvocat	Fideuà de peix( pasta, pèsols, mongeta, pebre vermell, brou de peix, calamar i gamba) 🍷 🍷	Macedònia de fruita fresca	Crepes de civada amb amanida
DL	26	Pasta d'espelta a la bolonyesa (ceba, tomàtiga, pastanaga, carn mixta) 🍷	Amanida Caprese (tomàtiga, alfàbrega, formatge tendre i olives) 🍷	Fruita	Raoles de cigrons amb amanida 🍷
DX	27	Cuinat de mongeta blanca(ceba, pastanaga, pebre vermell, tomàtiga, carabassa, colflori, patata)	Bunyols de bacallà (bacallà, farina, julivert, all, ou, beguda de civada) 🍷	Fruita	Salmó salvatge al forn amb verdures al vapor 🍷
DJ	28	Amanida d'arròs amb tomàtiga, olives, blat de moro, ceba i maionesa de llet 🍷	Peix de mercat a la planxa amb picadillo d'all i julivert	Fruita	Indiot a la planxa amb tomàtiga, alvocat i pa amb oli 🍷
DV	29	Crema de carabassó, ceba, porro, pastanaga i crostons al forn 🍷	Ous estrellats amb patates al forn 🍷	Fruita	Amanida amb alvocat i quinoa+ gambes a la planxa i musclos al vapor 🍷
DV	30	Sopa de bullit 🍷	San jacobos de pollastre al forn (pollastre, pernil, formatge) i amanida d'enciam, tomàtiga, ceba i cogombre. 🍷 🍷 🍷	logurt natural 🍷	Pizza casolana i amanida 🍷 🍷



Verdura : tomàtiga,  
alberginia, pastanaga,  
carabassó, carabassa,  
porro, ceba, pebre.....

Fruita de l'estació :  
sindria, moló, pera, prunes,  
poma, plàtan, nectarines,

· Oli d'oliva verge extra  
per amanir i sal  
marina.  
· El menjar  
s'acompanya de pa  
integral