

**GENER 2025**

	DILLUNS <b>6</b>	DIMARTS <b>7</b>	DIMECRES <b>8</b>	DIJOUS <b>9</b>	DIVENDRES <b>10</b>
<i>Primer plat:</i>			Crema de verdures variades 0	<b>Pasta</b> saltejada amb verdures i soja ( <b>pastanaga, pèsols</b> , ceba, prebe vermell) 1, 8	Sopa reina (sèmola d'arròs amb brou de pollastre amb ou bollit) 3
<i>Segon plat:</i>	FESTIU	FESTIU	Pollastre rostit al forn amb arròs bollit 0	Truita de formatge amb amanida 3	Bacallà a la mallorquina 4
<i>Guarnició:</i>					
<i>Postre:</i>			<b>Fruita</b>	Iogurt 2	<b>Fruita</b>
<i>Sopars:</i>			<i>Lluç a la jardineria</i>	<i>Pitères de pollastre amb verdures a la planxa</i>	<i>Ous amb tomàtiga</i>
	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<i>Primer plat:</i>	<b>Arròs de peix</b> 4, 5, 9	Amanida de formatge tendre 2	Crema de carabassa (patata, carabassa, ceba, <b>porro</b> ) 2		
<i>Segon plat:</i>	Truita francesa 3	Lassanya 1	Tires de lluç arrebossades amb patates al forn 1,3, 4	FESTIU	FESTIU
<i>Guarnició:</i>	amb tomàtiga trempada 0				
<i>Postre:</i>	<b>Fruita</b>	<b>Fruita</b>	<b>Fruita</b>		
<i>Sopars:</i>	<i>Pizza casolana "prosciutto"</i>	<i>Truita francesa amb tomàtiga trempada</i>	<i>Hamburguesa de tonyina amb amanida</i>		
	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<i>Primer plat:</i>	Puré de bròquil	Ciurons cuinats amb verdura 0	Arròs tres delícies ( <b>pastanaga, pèsols</b> , ceba, permil dolç, truita francesa) 3, 8	Fideus de roter 1	Amanida variada 0
<i>Segon plat:</i>	Truita de patata i ceba (ous) 3	Salmó a la planxa 4	Pollastre al curry 0	Raols de peix amb amanida 1, 3, 4	Llom en salsa caçadora amb puré de patata casolà 0
<i>Guarnició:</i>	amb amanida 0	amb amanida			2
<i>Postre:</i>	<b>Fruita</b>	<b>Fruita</b>	<b>Fruita</b>	<b>Iogurt</b> 2	<b>Fruita</b>
<i>Sopars:</i>	<i>Calamar amb verdures i pa</i>	<i>Bollit de verdures i ou</i>	<i>Trempó amb tonyina i pa</i>	<i>Pamboli amb formatge tendre</i>	<i>Sopa</i>
	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
<i>Primer plat:</i>	<b>Macarrons</b> amb tonyina i salsa de tomàtiga 1, 2, 4	<b>Arròs brut</b> 0	Crema de carabassó 2	<b>Llenties</b> cuinades vegetarianes 0	Bullit de patata, mongeta, pastanaga i ou 3
<i>Segon plat:</i>	Truita francesa 3	Filet de gallineta (peix) al forn 4	Escaldums de pollastre amb patates 0	San Jacobos al forn amb amanida 1, 3	Falàfel de ciurons amb tomàtiga trempada 3, 12
<i>Guarnició:</i>	amb amanida 0	amb amanida 0			
<i>Postre:</i>	Iogurt 2	<b>Fruita</b>	<b>Fruita</b>	<b>Fruita</b>	<b>Fruita</b>
<i>Sopars:</i>	<i>Pepito de pollastre</i>	<i>Pamboli amb permil salat</i>	<i>Lluç al forn amb patata i verdura</i>	<i>Ensalada de tonyina amb pa</i>	<i>Truita de carabassó</i>

AL·LÈRGENS ALIMENTARIS	
0: No conté al·lèrgens	8: Soja
1: Gluten	9: Mol·luscs
2: Llet i lactis	10: Sulfit
3: Ous	11: Mostassa
4: Peix	12: Sèsam
5: Marisc	13: Cacauets
6: Fruits secs	14: Tramussos
7: Apid	

<b>Plat ecològic</b>
Producte de proximitat
Producte de temporada
Producte de temporada i proximitat

Tots els menús es serviran únicament amb aigua com a beguda.  
Per cuinar s'utilitza oli d'oliva alternat amb oli de gira-sol alto oleic.  
Els iogurts contenen una quantitat de sucre inferior a 12,3 g/100 ml.

Important informar a la cuina de qualsevol al·lèrgia alimentària.  
*Dietista: M<sup>a</sup> Mardalena Bonnin*