

DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET (SENSE GLUTEN) CROQUETES DE POLLASTRE SENSE GLUTEN AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA FRUITA DEL TEMPS	MONGETA TENDRA AMB PATATA MAGRA DE PORC AMB SALSETA I VERDURETES FRUITA DEL TEMPS	SOPA D'AU CASOLANA (PASTA SENSE GLUTEN) LLUÇ AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I SOJA IOGURT	CIGRONS ESTOFATS A LA RIOJANA TRUITA DE CARBASSÓ ECOLÒGIC AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE VERDURES ARRÒS SALTEJAT AMB PÈSOLS I XAMPINYONS FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
LLENTIES ESTOFADES AMB SOFREGIT DE CEBA I PEBROT REMENAT D'OUS AMB AMANIDA D'ENCIAM I PIPES DE GIRASOL FRUITA DEL TEMPS	SOPA DE PEIX AMB ARRÒS ECOLÒGIC HAMBURGUESA MIXTA (SENSE GLUTEN) AMB CEBA CAMELITZADA FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PASTANAGA GALL D'INDI AL FORN AMB AMANIDA MEXCLUM I TOMÀQUET IOGURT	BLEDES AMB PATATA PIZZA CASOLANA DE PERNIL CUIT I FORMATGE (BASE SENSE GLUTEN) FRUITA DEL TEMPS	MACARRONS A LA CARBONARA AMB CREMA DE LLET (PASTA SENSE GLUTEN) PEIX AL FORN AMB AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
SOPA DE BROU CASOLÀ (PASTA SENSE GLUTEN) MANDONGUILLES DE CARN (SENSE GLUTEN) AMB SALS DE TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM FRUITA DEL TEMPS	CREMA DE PÈSOLS I VERDURES ECOLÒGIQUES POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ AMB FARINA DE BLAT DE MORO I AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DEL TEMPS	MONGETES GUISADES TRUITA A LA FRANCESA AMB PA (SENSE GLUTEN) I TOMÀQUET I AMANIDA D'ENCIAM I OLIVES FRUITA DEL TEMPS	MINESTRA DE VERDURES CASOLANA PAELLA MARINERA FRUITA DEL TEMPS	VISITEM MARROC ARRÒS AMB VERDURES TAJINE DE POLLASTRE (S/ GLUTEN) POSTRE ESPECIAL SENSE GLUTEN
DILLUNS 31				
CREMA DE PORROS FIDEUS AMB SÈPIA (PASTA SENSE GLUTEN) FRUITA DEL TEMPS				



Un cop al mes, postre casolà



Comencem un nou any ple de moments i aventures per a compartir plegats!



Les fruites del temps són: pera, plàtan, taronja, poma, mandarines, kiwi,...

Es servirà pa integral, a com a mínim 1 vegada a la setmana.

Ús d'oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge per amanir. Oli de gira-sol alt oleic per fregir.

Ús de sal iodada per cuinar

Carn i Pollastre produïts a Catalunya 100%

Menús valorats nutricionalment per:

Aroa Espinosa Ruiz

Nº col·legiada CAT 001178

ENDIVINA ENDIVINALLA

*Un i dos i tres i quatre,
la meitat de vint-i-quatre.
Vint-i-quatre i Vint-i-cinc,
dos i tres i quatre i vint!*

SABEU QUE ÉS?

