

Setembre 2020

dilluns	Dimarts	Dimecres	dijous	divendres
14 Espaguetis ECO amb xampinyons frescos i sofregit casolà Coquetes de carn d'olla amb amanida Fruita del temps	15 Mongeta verda ECO amb patata del Segrià Rostit de porc al forn amb ceba i pebrot ECO logurt La Fageda	16 Amanida de tomàquet Raf , formatge fresc i cogombre de pagès . Llenties ECO estofades amb arròs del Delta Fruita del temps	17 Puré tebi de carbassó ECO amb crostons de pa Cuixa de pollastre al forn amb amanida logurt La Fageda	18 Arròs ECO amb sofregit de verdures casolà Bacallà al forn amb samfaina casolana Fruita del temps ECO
21 Bleda i patata ECO Rodó de gall d'indi amb arròs integral Fruita del temps	22 Amanida d'espirlals tricolor ECO Filet de lluç al forn amb amanida logurt La Fageda	23 Cigrons ECO amb espinacs frescos Truita de patata i ceba amb amanida Fruita del temps ECO	24 Amanida complerta ECO Paella de peix fresc (fumet de peix fresc, sofregit, calamars, musclos, cloïsses) logurt La Fageda	25 Vichyssoise ECO (puré de porros freda) Estofat de vedella a la jardinera de verdures Fruita del temps
28 Amanida complerta amb poma ECO i tonyina Llenties ECO estofades amb arròs del Delta Fruita del temps	29 FESTA	30 Puré de verdures ECO amb blat sarraí Pollastre al forn amb moniato i carbassa Fruita del temps ECO	1 Tallarines ECO a la carbonara (nata i bacó) Cassoleta de peix (lluç, gambes i calamars) Crema de vainilla La Fageda	2 Amanida de patata ECO (tomàquet, blat de moro, ou dur, pastanaga, maionesa) Llonganissa de Taradell amb seques saltejades Fruita del temps

El nostre menú està basat en una **cuina casolana i de qualitat** amb dieta mediterrània, proveïdors propers i temporalitat dels aliments.

*Les amanides complertes sempre portaran un aliment proteic.

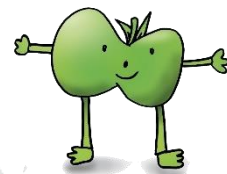
De temporada:

Setembre – albergínia, carbassó, cogombre, mongeta verda, tomàquet, albercoc, meló, plàtan, pera, poma...

Octubre – albergínia, bledes, bolets, bròquil, carbassó, carbassa, moniato, xampinyons, mandarines, pera, poma, plàtan, raïm...

i per equilibrar el sopar us proposem...

Dilluns	dimarts	Dimecres	dijous	divendres
14 Amanida Ou i patata Lacti	15 Pasta Au i amanida Fruita	16 Pasta Peix i verdura Lacti	17 Arròs Ou i amanida Fruita	18 Amanida Porc i patata Lacti
21 Llegum Ou i amanida Lacti	22 Verdura Vedella i arròs Fruita	23 Pasta Peix i verdura Lacti	24 Verdura Au i patata Fruita	25 Pasta Peix i amanida Lacti
28 Verdura Peix i patata Lacti	29 FESTA	30 Pasta Peix i amanida Lacti	1 Amanida Ou i patata Fruita	2 Amanida Peix i arròs Lacti



Octubre 2020

Dilluns	Dimarts	Dimecres	dijous	divendres
5 Macarrons ECO gratinats al forn Calamars a l'andalusa casolans amb amanida Fruita del temps	6 Puré de patata, moniato i carbassa ECO Salsitxes de porc amb samfaina casolana logurt La Fageda	7 Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres, alfàbrega) Cigrons ECO amb aroma de xoriço Fruita del temps ECO	8 Sopa de fideus ECO (brou casolà amb ossos, carcassa i verdures fresques) Pit de pollastre a la planxa amb patates Crema de xocolata La Fageda	9 Arròs ECO amb salsa de tomàquet casolana Bacallà al forn amb amanida Fruita del temps ECO
12 FESTA	13 Amanida verda amb embotit casolà de Vic Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	14 Arròs ECO de muntanya (amb sofregit casolà i conill) Filet de lluç a la basca (pèsols, julivert, ou dur) Fruita del temps ECO	15 Sopa de pistons ECO (brou casolà amb ossos, carcassa i verdures fresques) Pollastre al forn amb ceba i pebrot ECO logurt La Fageda	16 Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons Hamburguesa vegetal al forn amb amanida Fruita del temps
19 Mongetes seques ECO estofades amb verdures Rostit de llom amb amanida Fruita del temps ECO	20 Amanida complerta ECO Fideuà de peix fresc (fumet de peix fresc, sofregit, calamars, musclos, cloïsses) logurt La Fageda	21 Sopa de galets ECO (brou casolà amb ossos, carcassa i verdures fresques) Truita de patata i ceba amb amanida Fruita del temps ECO	22 Arròs ECO amb sofregit casolà Bacallà al forn amb samfaina logurt La Fageda	23 Crema de pastanaga ECO amb pipes de carbassa Aletes de pollastre amb tomàquet al forn Fruita del temps ECO
26 Tallarines ECO saltejats amb verdura i salsa soja Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet Fruita del temps	27 Sopa de galets ECO (brou casolà amb ossos, carcassa i verdures fresques) Cuixes de pollastre al forn amb amanida Flam de vainilla	28 Arròs ECO amb salsa de tomàquet casolana Filet de lluç al forn amb amanida Fruita del temps ECO	29 Amanida complerta amb poma ECO i tonyina Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	30 CASTANYADA Puré de carbassa, moniato i ceba ECO Pizza de pernil i formatge (amb sofregit casolà de verdures fresques) Castanyes i panellets

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	divendres
5 Verdura Peix i patata Lacti	6 Pasta Vedella i verdura Fruita	7 Pasta Peix i amanida Lacti	8 Amanida Ou i patata Fruita	9 Amanida Peix i arròs Lacti
12 FESTA	13 Verdura Peix i amanida Fruita	14 Verdura Ou i patata Lacti	15 Verdura Peix i patata Fruita	16 Amanida Ou i verdura Lacti
19 Verdura Vedella i patata Lacti	20 Verdura Peix i arròs Fruita	21 Pasta Porc i amanida Lacti	22 Amanida Au i patata Fruita	23 Pasta Ou i amanida Lacti
26 Verdura Peix i patata Lacti	27 Arròs Ou i verdura Fruita	28 Verdura Au i patata Lacti	29 Verdura Porc i amanida Fruita	30 Amanida Ou i patata Fruita