

# Gener 2021

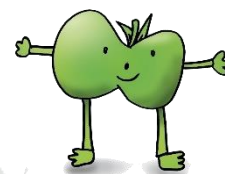
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
4	5	6	7	8
<p>L'equip d'AUSOLAN us desitja un bon any 2021</p> 				
<p><b>11</b> Macarrons <b>ECO</b> amb sofregit <b>casolà</b> Croquetes de carn d'olla amb amanida logurt La Fageda</p>	<p><b>12</b> Amanida <b>Caprese</b> (tomàquet, tonyina, olives negres, alfàbrega) Llenties <b>ECO</b> estofades amb <b>arròs del Delta</b> Fruita del temps</p>	<p><b>13</b> Sopa de brou <b>casolà</b> amb pistons <b>ECO</b> Truita de patata i ceba amb tomàquet al forn logurt La Fageda</p>	<p><b>14</b> Arròs <b>ECO</b> amb sofregit de tomàquet <b>natural</b> Pollastre al forn amb moniato <b>ECO</b> Fruita del temps</p>	<p><b>15</b> Bròquil amb patata Fricandó de vedella <b>ECOLOGICA</b> amb xampinyons <b>frescos</b> Fruita del temps</p>
<p><b>18</b> Sopa de brou <b>casolà</b> amb galets <b>ECO</b> Calamars a l'andalusa <b>casolans</b> amb amanida Fruita del temps</p>	<p><b>19</b> Amanida verda amb embotit <b>casolà de Vic</b> Cigrons <b>ECO</b> estofats amb verdures logurt La Fageda</p>	<p><b>20</b> Paella <b>ECO</b> amb verdures <b>fresques</b> <b>Cassoleta</b> de peix (lluç, gambes i calamars) Fruita del temps</p>	<p><b>21</b> Crema de pastanaga, patata <b>ECO</b> i ceba Llonganissa <b>de Taradell</b> amb amanida logurt La Fageda</p>	<p><b>22</b> Espaguetis <b>integrals</b> a la napolitana <b>Brotxetes</b> de pollastre amb amanida d'escarola Fruita del temps <b>ECO</b></p>
<p><b>25</b> Espirals <b>ECO</b> gratinats al forn Bacallà al forn amb amanida <b>Flam de vainilla</b> La Fageda</p>	<p><b>26</b> Amanida complerta amb formatge <b>fresc</b> i poma Llenties <b>ECO</b> estofades amb <b>arròs del Delta</b> Fruita del temps</p>	<p><b>27</b> Mongeta verda <b>ECO</b> amb patata <b>del Segre</b> Pit de pollastre arrebossat <b>casolà</b> amb amanida logurt La Fageda</p>	<p><b>28</b> Puré de carbassa i moniato <b>ECO</b> <b>Salmó</b> amb salsa cítrica (patata, taronja i ceba) Fruita del temps <b>ECO</b></p>	<p><b>29</b> Sopa de brou <b>casolà</b> amb fideus <b>ECO</b> Rostit de llom amb patata <b>ECO</b> al caliu Fruita del temps</p>

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.

**i per equilibrar el sopar us proposem...**

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
4	5	6	7	8
				Verdura Peix i arròs Lacti
<p><b>11</b> Pasta Au i verdura Fruita del temps</p>	<p><b>12</b> Verdura Ou i patata Lacti</p>	<p><b>13</b> Amanida Vedella i verdura Fruita del temps</p>	<p><b>14</b> Amanida Llegum i cereal Lacti</p>	<p><b>15</b> Amanida Peix i patata Lacti</p>
<p><b>18</b> Amanida Ou i arròs Lacti</p>	<p><b>19</b> Verdura Au i patata Fruita del temps</p>	<p><b>20</b> Verdura Vedella i arròs Lacti</p>	<p><b>21</b> Verdura Peix i patata Fruita del temps</p>	<p><b>22</b> Amanida Llegum i cereal Lacti</p>
<p><b>25</b> Verdura Au i arròs Fruita del temps</p>	<p><b>26</b> Verdura Vedella i patata Lacti</p>	<p><b>27</b> Amanida Llegum i cereal Fruita del temps</p>	<p><b>28</b> Pasta Ou i amanida Lacti</p>	<p><b>29</b> Amanida Peix i verdura Lacti</p>



# Febrer 2021

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>1</b> Tallarines <b>ECO</b> saltejats amb xampinyons <b>frescos</b> Hamburguesa <b>vegetal</b> amb amanida Fruita del temps	<b>2</b> Amanida de <b>tomàquet Raf</b> , tonyina, ceba i <b>cogombre de pagès</b> Cigrons <b>ECO</b> estofats amb aroma de xoriço logurt La Fageda	<b>3</b> Sopa de brou <b>casolà</b> amb pistons <b>ECO</b> Aletes de pollastre amb patates fregides Fruita del temps	<b>4</b> Arròs <b>ECO</b> amb sofregit de tomàquet <b>natural</b> Filet de lluç a la basca (pèsols, julivert, ou dur) logurt La Fageda	<b>5</b> Puré de verdures de temporada <b>ECO</b> amb crostons de pa Estofat de vedella a la jardinera Fruita del temps <b>ECO</b>
<b>8</b> Amanida verda amb embotit <b>casolà de Vic</b> Llenties <b>ECO</b> estofades amb <b>arròs del Delta</b> logurt La Fageda	<b>9</b> Mongeta verda <b>ECO</b> amb patata <b>del Segre</b> Calamars a la andalusa <b>casolans</b> amb amanida Fruita del temps	<b>10</b> Macarrons <b>ECO</b> amb sofregit <b>casolà</b> Cuixetes de pollastre amb amanida Fruita del temps <b>ECO</b>	<b>11 Dijous gras</b> Escudella Barrejada (cigrons, galets <b>ECO</b> ) Truita de llonganissa amb tomàquet al forn <b>Crema de xocolata</b> La Fageda	<b>12 Carnestoltes</b>  <b>FESTA</b>
<b>15</b> Coliflor amb beixamel Mandonguilles <b>100% de vedella</b> amb salsa de tomàquet <b>casolana</b> Fruita del temps	<b>16</b> Cigrons <b>ECO</b> estofats amb verdures <b>del Segre</b> Pit de pollastre a la planxa amb amanida logurt La Fageda	<b>17</b> Espaguetis <b>ECO</b> a la carbonara (amb bacó) Lluç al forn amb ceba i pebrot verd Fruita del temps <b>ECO</b>	<b>18</b> Sopa de brou <b>casolà</b> amb estrelletes <b>ECO</b> Rostit de llom al forn amb amanida logurt La Fageda	<b>19</b> Arròs <b>ECO</b> amb tomàquet Pizza <b>casolana</b> de pernil dolç, mozzarella i orenga Fruita del temps
<b>22</b> Bleda amb patata <b>ECO</b> Estofat de gall d'indi amb variat de bolets Fruita del temps <b>ECO</b>	<b>23</b> Arròs <b>ECO</b> de muntanya (costella de porc i pollastre) Bacallà al forn amb samfaina <b>casolana</b> logurt La Fageda	<b>24</b> Sopa de brou <b>casolà</b> amb fideus <b>ECO</b> Pollastre al forn amb moniato i patata Fruita del temps	<b>25</b> Amanida <b>completa</b> amb cogombre, tomàquet, olives i <b>tonyina</b> Llenties <b>ECO</b> estofades amb arròs <b>del Delta</b> logurt La Fageda	<b>26</b> Espirals <b>ECO</b> a la napolitana gratinats Maires arrebossades <b>casolanes</b> amb amanida Fruita del temps <b>ECO</b>

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

\*Les amanides completes sempre portaran un aliment proteic.

**i per equilibrar el sopar us proposem...**

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>1</b> Amanida Peix i patata Lacti	<b>2</b> Verdura Au i patata Fruita del temps	<b>3</b> Arròs Porc i amanida Lacti	<b>4</b> Verdura Ou i patata Fruita del temps	<b>5</b> Pasta Peix i amanida Lacti
<b>8</b> Verdura Porc i patata Fruita del temps	<b>9</b> Pasta Ou i amanida Lacti	<b>10</b> Pasta Vedella i amanida Lacti	<b>11</b> Amanida Peix i patata Fruita del temps	<b>12</b>
<b>15</b> Arròs Ou i amanida Lacti	<b>16</b> Amanida Peix i verdura Fruita del temps	<b>17</b> Verdura Au i patata Lacti	<b>18</b> Pasta Peix i amanida Fruita del temps	<b>19</b> Verdura Ou i patata Lacti
<b>20</b> Amanida Vedella i verdura Lacti	<b>21</b> Verdura Porc i patata Fruita del temps	<b>22</b> Pasta Ou i amanida Lacti	<b>23</b> Verdura Peix i arròs Fruita del temps	<b>24</b> Verdura Au i patata Lacti