

Setembre 2022

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
5 Macarrons ECO amb sofregit casolà i orenga Croquetes de bacallà amb amanida Fruita del temps	6 Puré tebi de carbassó ECO amb crostons Pollastre a la planxa amb amanida logurt La Fageda	7 Amanida d'arròs ECO (tomàquet, olives, panís) Sorell (peix blau) al forn amb samfaina casolana (pebrot, carbassó i albergínia) Fruita del temps ECO	8 Mongeta verda ECO amb patata del Segrià Rostit de cap de llom amb ceba i pebrot logurt La Fageda	9 Amanida completa (enciam, tomàquet, panís, olives verdes, tonyina) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta Fruita del temps
12 Arròs ECO amb salsa de tomàquet casolana Truita de carbassó amb amanida logurt La Fageda	13 Amanida verda amb embotit casolà de Vic Cigrons ECO amb espinacs frescos Fruita del temps	14 Bleda ECO amb patata Cuixa de pollastre amb tomàquet al forn logurt La Fageda	15 Tallarines ECO amb salsa de formatge Cassoleta de peix (lluç, gambes i calamars) Fruita del temps	16 Amanida de patata ECO (tomàquet, blat de moro, ou dur, olives negres, maionesa) Mandonguilles de vedella amb sofregit casolà Fruita del temps
19 Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres, alfàbrega) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	20 Arròs ECO amb sofregit de verdures casolà Estofat de gall dindi amb salsa jardinera Fruita del temps ECO	21 Vichyssoise ECO (puré de porros freda) Aletes de pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	22 Bròquil amb patata ECO Gallineta arrebossada (peix) amb amanida Crema de vainilla La Fageda	23 Fideus ECO a la cassola amb verdures fresques Llonganissa de Taradell amb seques saltejades Fruita del temps
26 Espirals ECO a la Norma (amb albergínia) Calamars estofats amb ceba, pebrot i pastanaga Fruita del temps	27 Jornada de Colòmbia: Arepa de formatge, carn de vedella amb papas i arròs Plàtan madur fregit	28 Coliflor amb patata fresca del Segrià Hamburguesa de pollastre amb amanida logurt La Fageda	29 FESTIU	30 Puré de moniato ECO amb crostons Truita de patata i ceba amb amanida logurt La Fageda

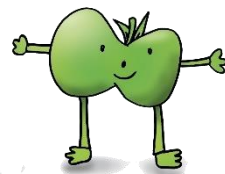
El nostre menú està basat en una **cuina casolana i de qualitat** amb dieta mediterrània, proveïdors propers i temporalitat dels aliments.

*Les amanides completes sempre portaran un aliment proteic.

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

i per equilibrar el sopar us proposem...

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
5 Verdura / Ou + arròs / Lacti	6 Cereal / Porc + amanida / Fruita	7 Verdura / Prot. Veg. + amanida / Lacti	8 Pasta / Ou + amanida / Fruita	9 Verdura / Peix + patata / Lacti
12 Verdura / Au + patata / Fruita	13 Verdura / Porc + patata / Lacti	14 Cereal / Peix + amanida / Fruita	15 Arròs / Ou + Amanida / Lacti	16 Amanida + Llegum amb cereal / Lacti
19 Verdura / Ou + patata / Fruita	20 Verdura / Vedella + amanida / Lacti	21 Amanida / Peix+ pasta / Lacti	22 Verdura / Au + cereal / Lacti	23 Amanida / Ou + patata / Fruita
26 Verdura / Au + amanida / Lacti	27 Arròs / Prot. veg+ verdura / Lacti	28 Verdura / Peix + cereal / Fruita	29 FESTA	30 Amanida / Porc + patata / Fruita



Octubre 2022

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 Macarrons ECO amb sofregit casolà Seitó (peix blau) al forn amb amanida Fruita del temps	4 Amanida completa (enciam, tomàquet, panís, olives, poma, tonyina) Cigrons ECO estofats amb verdures fresques logurt La Fageda	5 Purè de carbassó ECO amb crostons de pa Estofat de vedella amb salsa jardinera Fruita del temps	6 Sopa de galets ECO (amb brou casolà) Truita de patata i ceba i pa amb tomàquet Fruita del temps ECO	7 Arròs ECO amb verdures Pit de pollastre a la planxa amb amanida logurt La Fageda
10 Amanida verda amb embotit casolà de Vic Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	11 Sopa de pistons ECO (amb brou casolà) Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita del temps	12 FESTIU	13 Mongeta verda ECO amb patata del Segrià Cuixa de pollastre al forn amb ceba i pebrot verd Fruita del temps	14 Espaguetis ECO amb salsa de xampinyons Calamars a l'andalusa casolans amb amanida logurt La Fageda
17 Sopa de lletres ECO (amb brou casolà) Rostit de lllom amb amanida Fruita del temps	18 Amanida Caprese (tomàquet, formatge fresc, olives negres, alfàbrega) Fideuà de peix fresc (amb fumet i sofregit casolà) logurt La Fageda	19 Bleda ECO amb patata Aletes de pollastre amb tomàquet madur al forn Fruita del temps ECO	20 Arròs ECO amb sofregit de verdures casolà Bacallà a la portuguesa (ceba, patata, pebre dolç) Fruita del temps	21 Mongetes seques ECO estofades amb verdures Truita de carbassó i ceba amb amanida logurt La Fageda
24 Arròs ECO amb salsa de tomàquet casolana Mandonguilles de vedella amb salsa jardinera Fruita del temps ECO	25 Espirals ECO gratinats Filet de lluç a la basca (pèsols, julivert, ou dur) logurt La Fageda	26 Sopa d'estrelletes ECO (amb brou casolà) Cuixes de pollastre al forn amb amanida Fruita del temps	27 Amanida completa (enciam, tomàquet, panís, olives, poma, tonyina) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta Flam La Fageda	28 Castanyada Purè de carbassa, moniato i ceba ECO Pizza de pernil i formatge amb amanida Panellets

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.

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

i per equilibrar el sopar us proposem...

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 Amanida / Ou + patata / Lacti	4 Arròs / Au + verdura / Fruita	5 Cereal / Peix + amanida / Lacti	6 Amanida / Porc + llegum / Lacti	7 Verdura / Peix+ patata / Fruita
10 Arròs / Ou + verdura / Fruita	11 Amanida + Llegum i cereal / Lacti	12 FESTA	13 Pasta / Prot. veg + amanida / Lacti	14 Cereal / Au + amanida / Fruita
17 Verdura / Au + patata / Lacti	18 Verdura / Peix + patata / Fruita	19 Pasta / Prot. veg + amanida / Lacti	20 Amanida / Ou + Patata / Lacti	21 Verdura / Au + cereal / Fruita
24 Amanida / Porc + patata / Lacti	25 Amanida / Au + arròs / Lacti	26 Pasta / Peix + verdura / Fruita	27 Amanida / Ou + patata / Fruita	28 Llegum / Peix+ verdura / Lacti