

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Pasta integral amb verdures Salsitxes de porc amb amanida de brots verds i blat de moro Fruita del temps	2 Estofat de mongeta blanca amb verdures Lluç amb salsa de tomàquet amb enciam i pastanaga Fruita del temps
5 Arròs amb bolets Truita de patata amb enciam i olives Fruita del temps	6 Crema de carbassó amb crostons de pa Abadejo al forn amb vinagreta de farigola i amanida d'enciam i tomàquet Fruita del temps	7 Pasta integral a la napolitana Hamburguesa de coliflor i formatge amb amanida de brots verds i blat de moro logurt natural	8 Mongeta verda amb patata Pernilets de pollastre amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	9 Cigrons estofats amb verdures Lluç amb all i julivert amb patata dau Fruita del temps
12 FESTIU	13 Pasta integral al pesto d'espínacs Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita del temps	14 Crema de bròquil, pastanaga i patata amb crostons de pa Pernilets de pollastre rostits amb ceba logurt natural	15 Sopa minestrone amb arròs Llenties amb verdures Fruita del temps	16 Verdura tricolor Magra de porc amb salsa Fruita del temps
19 Arròs amb salsa de tomàquet i orenga Lluç al forn amb salsa verda amb enciam i pastanaga Fruita del temps	20 Menestra de verdures amb patata Contracuixa de pollastre al forn amb herbes amb amanida d'enciam i blat de moro Fruita del temps	21 Mongetes blanques estofades Truita de patata i carbassó amb enciam i pastanaga logurt natural	22 Pasta a la jardiner amb formatge Abadejo al forn amb salsa de tomàquet Fruita del temps	23 Crema de carbassa i pastanaga Cigrons amb salsa de verdures Fruita del temps
26 Arròs saltejat amb verdures Truita de formatge amb enciam i tomàquet Fruita del temps	27 Pasta a la napolitana Porcions de lluç amb brots verds i pastanaga Fruita del temps	28 Llenties estofades amb verdures Pit de pollastre amb patates al forn logurt natural	29 Mongeta verda saltejada Arròs a la bolonyesa vegetal Fruita del temps	30 Crema de carbassa i moniato Hamburguesa de vedella amb salsa de bolets Natilles de xocolata

SABIES QUÈ?



Les **castanyes** eren conegudes com “el pa dels pobres”!

FEM SERVIR:

Oli d'oliva verge per amanir
Sal ioadada en totes les preparacions

DE TEMPORADA !

Carbassa, moniato, bolets, porro
Poma, pera, magrana, caqui, raim

