

NO LACTOSA

**Dilluns 3**Bròquil amb patata **ECO**

Salsitxes amb salsa de tomàquet
amb enciam i blat de moro
Fruita **ECO** de temporada

Dimarts 4Macarrons **integral** a la napolitana

Lluç a la llimona
amb enciam i pastanaga
logurt de soja

Dimecres 5

Llenties **ECO** estofades
amb verdures **ECO** de temporada

Truita francesa
amb enciam i olives
Fruita **ECO** de temporada

Dijous 6

Cassoleta d'arròs
amb verdures **ECO** de temporada

Pollastre amb salsa de ceba
Fruita **ECO** de temporada

Divendres 7. Dia de proteïna vegetalCrema de verdures **ECO**

Saltejat de cigrons **ECO** amb verdures i cuscús
Fruita **ECO** de temporada

Dilluns 10

Crema de carbassó

Truita d'espínacs
amb enciam i blat de moro
logurt de soja

Dimarts 11

Tricolor de verdura
amb mongeta verda, pastanaga i patata

Pernillets al forn
amb enciam i olives
Fruita **ECO** de temporada

Dimecres 12

Mongetes blanques **ECO** saltejades amb
all i julivert

Filet de maira fregidet
amb enciam i pastanaga
Fruita **ECO** de temporada

Dijous 13. Dia de proteïna vegetal

Sopa minestrone
brou de verdures i fideus **ECO**
Hamburguesa de cigrons
amb enciam i remolatxa
Fruita **ECO** de temporada

Divendres 14

Arròs de verdures

Peix fresc segons mercat
amb niu d'enciams
Fruita **ECO** de temporada

Dilluns 17

Llenties **ECO** estofades
amb verdures **ECO** de temporada
Truïta de patata i ceba
amb enciam i blat de moro
Fruita **ECO** de temporada

Dimarts 18

Trinxat de col amb patata **ECO**
Mandonguilles de vedella estofades

logurt de soja**Dimecres 19**

Espaguetis integrals amb xampinyons
Pollastre a les fines herbes
amb niu d'enciams
Fruita **ECO** de temporada

Dijous 20

Sopa d'arròs
Abadejo al forn amb julivert
amb enciam i pastanaga
Fruita **ECO** de temporada

Divendres 21. Menú temàtic

Crema de porros **ECO**
Coca enramada del Penedès s/lactosa
amb verdures
Fruita **ECO** de temporada

Dilluns 24

Sopa meravella **ECO**
amb brou d'au
Pollastre amb salsa de poma
Fruita **ECO** de temporada

Dimarts 25

Cassoleta de cigrons **ECO**
Fogoner al forn amb tomàquet
amb enciam i olives
Fruita **ECO** de temporada

Dimecres 26. Dia de proteïna vegetal

Crema de carbassa **ECO**
Pasta amb bolonyesa vegetal **ECO**
Fruita **ECO** de temporada

Dijous 27. Dijous gras

Arròs amb sofregit de tomàquet
Truïta francesa
amb niu d'enciams
logurt de soja

Divendres 28. Carnestoltes!

Mongeta verda amb patata
Peix al forn
amb patates xips
Fruita **ECO** de temporada

