

NO LACTOSA

Llegenda d'al·lèrgens

Les lletres que apareixen al costat de cada plat indiquen els al·lèrgens que conté.

B

L

O

S

D

A

W

P

M

C

F

K

T

G

Gluten

Làctics

Ou

Soja

Sulfits

Api

Mostassa

Peix

Mol·lusc

Crustaci

Fruits de closca

Cacauet

Tramussos

Sèsam

Dilluns 3. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Arròs amb tomàquet	Llenties ECO estofades amb verdures ECO de temporada	Crema de carbassó SENSE crostonets de pa	Espaguetis ECO amb orenga	Bròquil amb patata ECO
Pollastre a la planxa amb niu d'enciams logurt de soja	Lluç al forn amb julivert amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Truita de patata i ceba amb enciam i olives Fruita ECO de temporada	Fogoner amb samfaina Fruita ECO de temporada	Pernilets al romaní amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13. Dia de proteïna vegetal	Divendres 14
Sopa d'arròs amb brou d'au	Cassoleta de cigrons ECO	Crema de fonoll ECO	Trinxat de col amb patata ECO	Macarrons integrals a la napolitana
Estofat de porc amb patata	Remenat d'ou i xampinyons amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Pollastre arrebossat casolà amb enciam i olives Fruita ECO de temporada	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert Fruita ECO de temporada	Peix fresc segons mercat amb niu d'enciams logurt de soja
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20. Menú temàtic	Divendres 21. Dia de proteïna vegetal
Llenties ECO amb sofregit de verdures	Mongeta verda amb patata	Sopa de fideus ECO amb brou d'au	Crema de coliflor ECO	Cuscús de verdures
Truita de pastanaga amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada	Carn d'au amb salsa de soja i mel amb enciam i olives logurt de soja	Lluç en salsa verda amb enciam i pastanaga Fruita ECO de temporada	Mandonguilles mixtes a l'estil noruec amb salsa i patates bullides Fruita ECO de temporada	Cigrons ECO estofats Fruita ECO de temporada
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26. Dia de proteïna vegetal	Dijous 27	Divendres 28
Espirals integrals amb sofregit de tomàquet	Arròs de verdures	Crema de verdures	Cassoleta de mongetes blanques ECO	Tricolor de verdura mongeta verda, pastanaga i patata
Truita francesa amb enciam i remolatxa Fruita ECO de temporada	Cuixetes a les fines herbes amb niu d'enciams logurt de soja	Coca s/lactosa de verdures Fruita ECO de temporada	Truita de patata i ceba amb enciam i olives Fruita ECO de temporada	Lluç al forn amb julivert amb enciam i blat de moro Fruita ECO de temporada

