

MENÚ BASAL

B

Gluten

L

Làctics

O

Ou

S

Soja

D

Sulfits

A

Api

W

Mostassa

P

Peix

M

Mol·lusc

C

Crustaci

F

Fruits de closca

K

Cacauet

T

Tramussos

G

Sèsam

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

Llegenda d'al·lèrgens

Dilluns 3. Dia de proteïna vegetal	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Arròs amb tomàquet	Llenties ECO estofades (B) amb verdures ECO de temporada	Crema de carbassó (D) amb crostonets de pa (B, F, K, L, S, G)	Espaguetis ECO amb salsa de formatge (B, O, S, W) amb crema de llet i formatge ratllat (O, L)	Bròquil amb patata ECO (D)
Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, S, L, A, M) amb niu d'enciams	Lluç al forn amb julivert (P) amb enciam i remolatxa	Truita de patata i ceba (O) amb enciam i olives (D)	Fogoner amb samfaina (P)	Pernilets al romaní amb enciam i blat de moro
logurt ECO granel (L)	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13. Dia de proteïna vegetal	Divendres 14
Sopa d'arròs (A) amb brou d'au	Cassoleta de cigrons ECO	Crema de fonoll ECO (D)	Trinxat de col amb patata ECO (D)	Macarrons integrals a la napolitana (B, O, S, W)
Estofat de porc amb patata (D)	Remenat d'ou i xampinyons (O) amb enciam i remolatxa	Pollastre arrebossat casolà (B, S, G, D, O) amb enciam i olives (D)	Mongetes blanques ECO saltejades amb all i julivert	Peix fresc segons mercat (P, M, C) amb niu d'enciams
Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	logurt ECO granel (L)
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20. Menú temàtic	Divendres 21. Dia de proteïna vegetal
Llenties ECO amb sofregit de verdures (B)	Mongeta verda amb patata (D)	Sopa de fideus ECO (B, O, S, W, A) amb brou d'au	Crema de coliflor ECO (D)	Cuscús de verdures (B, S, W)
Truita de pastanaga (O) amb enciam i blat de moro	Carn d'au amb salsa de soja i mel (B, S) amb enciam i olives (D)	Lluç en salsa verda (P) amb enciam i pastanaga	Mandonguilles mixtes a l'estil noruec amb salsa i patates bullides (D, S)	Cigrons ECO estofats
Fruita ECO de temporada	logurt ECO granel (L)	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26. Dia de proteïna vegetal	Dijous 27	Divendres 28
Espirals integrals amb sofregit de tomàquet (B, S, O, W)	Arròs de verdures	Crema de verdures (D)	Cassoleta de mongetes blanques ECO	Tricolor de verdura (D) mongeta verda, pastanaga i patata
Bunyols de bacallà (B, O, P, S, L, F, A, W, D, K) amb enciam i remolatxa	Cuixetes a les fines herbes amb niu d'enciams	Pizza de verdures (B, S, L, W, O)	Truita de patata i ceba (O) amb enciam i olives (D)	Lluç al forn amb julivert (P) amb enciam i blat de moro
Fruita ECO de temporada	logurt ECO granel (L)	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada	Fruita ECO de temporada

