

**DILLUNS**

**DIMARTS**

**DIMECRES**

**DIJOUS**

**DIVENDRES**

**01**

**02**

*Arròs amb verdures  
Salmó a la planxa amb amanida d'enciam,  
pastanaga i blat de moro  
Fruita del temps ecològica + Pa  
blanc/integral*

**03**

*Macarrons (sense ou) amb carbonara (sense  
ou)  
Filet de pollastre al forn amb amanida  
d'enciam, blat de moro i olives  
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

**04**

*Sopa minestrone (pasta sense ou)  
Rodó de vedella al forn amb amanida  
d'enciam, tomàquet i blat de moro  
logurt natural + Pa blanc/integral*

**05**

*Cigrons estofats vegetarians  
Magra de porc al forn amb tomàquet  
provençal (sense ou)  
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

**07**

**FESTIU**

**08**

**FESTIU**

**09**

*Mongetes blanques amb verdures  
Llom a la planxa amb amanida d'enciam,  
olives i brots  
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

**10**

*Mongeta verda, patata i pastanaga al vapor i  
oli d'all  
Pit de gall dindi a la planxa amb all i julivert  
amb amanida d'enciam i tomàquet  
logurt natural + Pa blanc/integral*

**11**

*Arròs amb verdures  
Cua de rap a la biscaïna  
Suc de taronja natural acabat d'esprèmer + Pa  
blanc/integral*

**14**

*Llenties ecològiques amb verdures  
Llom a la planxa amb amanida d'enciam, blat  
de moro i olives  
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

**15**

*Sopa de l'àvia amb galets sense ou  
Mandonguilles (sense ou) de la Plana de Vic  
a la jardinera  
Fruita del temps ecològica + Pa  
blanc/integral*

**16**

*Arròs a la milanesa (sense ou)  
Filet de contracuixa de gall dindi amb  
amanida d'enciam i tomàquet  
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

**17**

*Minestra de verdures  
Lluç a la planxa amb amanida d'enciam i  
pastanaga  
logurt natural + Pa blanc/integral*

**18**

*Crema de carbassó ecològica  
Espaguëtis integrals amb xampinyons i chia  
Fruita del temps + Pa blanc/integral*

**21**

**DINAR ESPECIAL DE NADAL**

*Sopa casolana d'au amb galets  
Pollastre a la catalana  
Postres especial sense ou/Pa*

**22**

**23**

**BON  
NADAL!!!!**

**24**



**25**

**28**

**29**

**30**

**31**

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética  
Cristina López Hernández  
Nº de Colegiada:  
CAT000304

