

## Maig

DEL 3 AL 7 DE  
MAIGDEL 10 AL 14 DE  
MAIGDEL 17 AL 21 DE  
MAIGDEL 24 AL 28 DE  
MAIG31 DE  
MAIG

DILLUNS

ESPIRALS DE COLORS AMB  
PESTOTRUITA DE CARBASSÓ  
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES  
(ceba, tomàquet, pastanaga,  
pebrot verd i vermell,  
carbassó i pèsols)TRUITA DE PERNIL\*  
amb carbassó a la planxa

Fruita del temps

LLACETS MARCIANA  
(amb salsa de tomàquet  
casolana, brocoli i formatge)TRUITA FRANCESA  
amb carbassó arrebossat

Fruita del temps

ARRÒS MILANESA  
(ceba, tomàquet i  
S/PÈSOLS)TRUITA CAMPEROLA  
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

TALLARINES AMB  
SOFREGIT DE VERDURES  
(tomàquet, carbassó, pebrot  
verd i ceba)(formatge ratllat  
opcional)MAIRES ARREBOSSADES  
amb enciam i tomàquet  
Fruita del temps

DIMARTS

SOPA DE VERDURES I  
SÈMOLAHAMBURGUESA MIXTA  
amb amanida d'enciams i  
tomàquet

Fruita del temps

CREMA DE VERDURA DE  
TEMPORADACROQUETES DE  
POLLASTRE CASOLANES  
amb enciam i cogombre

Fruita del temps

PAELLA DE VERDURES I  
SALSITXES  
(amb pebrot verd i vermell,  
ceba, tomàquet, salsitxes de  
porc) S/PÈSOLS

I AMANIDA

Fruita del temps

VERDURA DE  
TEMPORADA AMB  
PATATA S/PÈSOLS  
POLLASTRE GUISAT  
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIMECRES

VERDURA DE TEMPORADA  
AMB PATATA S/PÈSOLS  
POLLASTRE GUISAT AL  
ROMANÍ  
amb enciam i olives

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES

GALL D'INDI ESTOFAT  
amb amanida

Fruita del temps

VERDURA DE  
TEMPORADA AMB  
PATATA S/PÈSOLSPOLLASTRE ESTOFAT  
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

SOPA BROU D'AU AMB  
ARRÒSLLOM ESTOFAT  
amb patata dau  
Fruita del temps

DIJOUS

ARRÒS AMB TOMÀQUET

LLUÇ AL FORN  
amb tomàquet forn

logurt

SOPA DE PASTA AMB  
QUINOABACALLÀ AL FORN  
amb enciam i pastanaga

logurt

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
HAMBURGUESA VEGETAL  
amb enciam i pastanaga

logurt

CREMA DE VERDURES  
LLENGUADINA AL FORN  
amb enciam i blat de moro

logurt

DIVENDRES

CREMA DE VERDURES

GALL D'INDI ESTOFAT  
amb salseta de pastanaga

Fruita del temps

VEDELLA ESTOFADA AMB  
SALSAVERDURES I PATATES  
(pastanaga, tomàquet, , all,  
ceba)

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA  
AMB CROSTONS DE PALLUÇ A L'ALLET  
amb pastanaga vapor

Fruita del temps

CUSCÚS AMB VERDURES  
(carbassó, ceba, pastanaga,  
pebrot verd) S/PÈSOLSPOLLASTRE PLANXA  
amb amanida d'enciam i  
tomàquet

Fruita del temps



Els aliments ecològics que utilitzem són: 100% les llegums, l'arròs, i la pasta.

Els nostres iogurts són elaborats per una cooperativa social.

Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Les carns i el pollastre que oferim són de granja de proximitat.



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure  
de proximitat