

JULIOL

SENSE PROTEÏNA DE LLET DE VACA

DEL 1 AL 5 DE JUNY

DEL 8 AL 12 DE JUNY

DILLUNS

ARRÒS AMB TOMÀQUET  
TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i olives  
Fruita del temps

BRÒQUIL AMB PATATA  
**TRUITA A LA FRANCESA** amb enciam i blat de moro  
Fruita del temps

VACANCES D'ESTIU

VACANCES D'ESTIU

Sabies què podem fer gelats saludables casolans?

DIMARTS

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES  
POLLASTRE AL FORN amb tomàquet amanit i blat de moro  
Fruita del temps

LLENTIES A LA RIOJANA (\*CARN)  
CALAMARS A LA ROMANA CASOLANS amb tomàquet amanit i olives  
Fruita del temps

VACANCES D'ESTIU

VACANCES D'ESTIU



DIMECRES

CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, porro, patata)  
**\*MANDONGUILLES MIXTES / LLOM** amb salsa de tomàquet i ceba  
Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA  
POLLASTRE AL FORN amb puré de patata casolà  
Fruita del temps

VACANCES D'ESTIU

VACANCES D'ESTIU

Gelat de maduixa i plàtan  
Gelat de menta i xocolata  
Gelat de mango  
Gelat de fruits vermells i nous

DIJOUS

PASTA A LA NAPOLITANA **S/FORMATGE**  
**\*PEIX BLANC AMB JULIVERT AL FORN** amb llit d'enciams  
**logurt VEGETAL**

CREMA DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES  
**\*PEIX BLANC AL FORN** amb enciam, remolatxa i blat de moro  
**logurt VEGETAL**

VACANCES D'ESTIU

VACANCES D'ESTIU

DIVENDRES

CIGRONS ESTOFATS AMB PATATA  
GALL DINDI AL FORN amb compota de poma  
Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET:  
ARRÒS A LA CASSOLA AMB VERDURES I DAUS DE VEDELLA  
Fruita del temps

VACANCES D'ESTIU

VACANCES D'ESTIU



Les **fruites** són de temporada i proximitat : Nespres, albercocs, préssec, nectarines, síndria, poma, meló, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, porro, espinacs, bledes, ceba, alls, col, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa. Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: 100% les llegums, l'arròs i la pasta. El dimecres es servirà **pa integral, exclusivament.**

Les **carns i el pollastre** que oferim són de granges de proximitat..

Els **divendres** es serveix **logurt d'origen VEGETAL.**

\*Els **peixos** a servir són: **carboner, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda, calamàr, canana, potón,** Es comprovarà que cap ingredient contingui: **proteïna de llet de vaca**



**Teno**  
Cuina i lleure de proximitat