

HALAL

Desembre

DEL 1 AL 5 DE
DESEMBREDEL 8 AL 12 DE
DESEMBREDEL 15 AL 19 DE
DESEMBREDEL 22 AL 26 DE
DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS TRES DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)OUS DURS AMB
SALSA DE TOMÀQUET
CASOLANS

Fruita del temps

FESTIU

LLENTIES ECO GUISADES
AMB MILLTRUITA DE FORMATGE
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

BON
NADAL!Arriba
l'hivern a
l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE VERDURES
(Carbassó, nap, bròquil,
porro i patata)POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
AMB CROSTONS
(carbassa, porro, patata)TRUITA DE CARBASSÓ
I PATATA amb llit
d'enciam i pastanaga
ECO

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET

ARRÒS AMB
VERDURETES DE L'HORT
AMB DAUS DE LLUÇ i
guarnició d'amanida

Fruita del temps

BON
NADAL!

DIMECRES

CIGRONS ECO
ESTOFATS AMB DAUS
DE CARBASSACUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i
pastanaga ECO

Fruita del temps ECO

SOPA DE BROU D'AU
AMB FIDEUS ECOCONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb puré de patata
casolà

Fruita del temps ECO

MONGETA TENDRA AMB
PATATAGALL DINDI GUISAT amb
salsa de xirivia i pastanaga
ECO

Fruita del temps ECO

BON
NADAL!Tastarem
cremes i
caldos per
escalfar-nos

DIJOUS

ESPAGUETIS ECO A LA
NAPOLITANA AMB
FORMATGE*PEIX BLANC AMB
JULIVERT AL FORN
amb tomàquet i oliveslogurt natural sense
sucreLLENTIES ECO
ESTOFADES AMB
VERDURESHAMBURGUESA
VEGETAL CASOLANA
AL FORN amb enciam i
oliveslogurt natural sense
sucreMONGETES BLANQUES
ECO ESTOFADES AMB
VERDURESSALSITXES D'AU AL
FORN amb enciam i
olives

logurt natural sense sucre

BON
NADAL!

DIVENDRES

PÈSOLS AMB PATATA

DAUS DE POLLASTRE
ROSTITS amb compota
de poma i cous cous

Fruita del temps

ARRÒS AMB SALSA DE
TOMÀQUETLLUÇ ENFARINAT
CASOLÀ amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA DE
VERDURES AMB GALETS
I CIGRONS ECOPOLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patates al forn

Fruita del temps

Es comprovarà
que cap
ingredient
conté:
PORC

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: mandarina, taronja ECO, pera ECO, poma ECO, pinya, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata, ceba, carbassa, naps, pèsols, tomàquet ECO, cols de Brussel·les, porro, api, alls, col, bròquil, escarola, coliflor, endívies, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, llenties, macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es serveix d'acompanyament pa blanc (S/LÀCTICS) i dimarts i dijous es serveix PA INTEGRAL (S/LÀCTICS).

Es serveix LOGURT VEGETAL o FRUITA DEL TEMPS. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefi, platija, Maires, Lluc, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

EL GARGOT

SENSE PROTEÏNA DE
LLET DE VACA (O.G.)

Desembre

DEL 1 AL 5 DE
DESEMBRE

DEL 8 AL 12 DE
DESEMBRE

DEL 15 AL 19 DE
DESEMBRE

DEL 22 AL 26 DE
DESEMBRE

DILLUNS

ARRÒS TRES DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou,
pernil cuït)

OUS DURS AMB
SALSA DE TOMÀQUET
CASOLANS

Fruita del temps

FESTIU

LLENTIES **ECO** GUISADES
AMB **MILL**

TRUITA A LA FRANCESA
amb **enciam** i blat de moro

Fruita del temps

**BON
NADAL!**

Arriba
l'hivern a
l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE VERDURES
(Carbassó, nap, bròquil,
porro i patata)

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb **enciam** i blat de
moro

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
S/CROSTONS (carbassa,
porro, patata)

TRUITA DE CARBASSÓ
I **PATATA** amb llit
d'**enciam** i **pastanaga**
ECO

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET

ARRÒS AMB
VERDURETES DE L'HORT
AMB DAUS DE LLUÇ i
guarnició d'amanida

Fruita del temps

**BON
NADAL!**

DIMECRES

CIGRONS **ECO**
ESTOFATS AMB DAUS
DE CARBASSA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
amb **enciam** i
pastanaga ECO

Fruita del temps **ECO**

SOPA DE BROU D'AU
AMB **FIDEUS ECO**

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb puré de patata
casolà (**s/làctics**)

Fruita del temps **ECO**

MONGETA TENDRA AMB
PATATA

GALL DINDI GUISAT amb
salsa de xirivia i **pastanaga**
ECO

Fruita del temps **ECO**

**BON
NADAL!**

Tastarem
cremes i
caldos per
escalfar-nos

DIJOUS

ESPAGUETIS ECO A LA
NAPOLITANA
S/FORMATGE

*PEIX BLANC AMB
JULIVERT AL FORN
amb tomàquet i olives

iogurt **VEGETAL**

LLENTIES **ECO**
ESTOFADES AMB
VERDURES

HAMBURGUESA
VEGETAL CASOLANA
AL FORN (**S/LÀCTICS**)
amb **enciam** i olives

iogurt **VEGETAL**

MONGETES BLANQUES
ECO ESTOFADES AMB
VERDURES

SALSITXES DE PORC AL
FORN amb **enciam** i
olives

iogurt **VEGETAL**

**BON
NADAL!**

DIVENDRES

PÈSOLS AMB **PATATA**

DAUS DE PORC
ROSTITS amb compota
de poma i cous cous

Fruita del temps

ARRÒS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

LLUÇ ENFARINAT
CASOLÀ amb **enciam** i
blat de moro

Fruita del temps

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS I CIGRONS **ECO**

POLLASTRE A LA
CATALANA (amb prunes)
amb patates al forn

Fruita del temps

Es comprovarà
que cap
ingredient
conté:
LÀCTICS o
derivats

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: mandarina, taronja **ECO**, pera **ECO**, poma **ECO**, pinya, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata, ceba, carbassa, naps, pèsols, tomàquet **ECO**, cols de Brussel·les, porro, api, alls, col, bròquil, escarola, coliflor, endívies, pastanaga **ECO**, enciam, rave, remolatxa.

El producte **ECO** i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, llenties, macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es serveix d'acompanyament pa blanc (**S/LÀCTICS**) i dimarts i dijous es serveix **PA INTEGRAL (S/LÀCTICS)**.

Es serveix **IOGURT VEGETAL** o **FRUITA DEL TEMPS**. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefi, platija, Maires, Lluç, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

EL GARGOT

Desembre

SENSE LACTOSA +
BAIXA EN FIBRA (G.G.)

DILLUNS

DEL 1 AL 5 DE
DESEMBRE

ARRÒS TRES DELÍCIES
(pastanaga, ou)

OUS DURS AMB
SALSA DE TOMÀQUET
CASOLANS

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

DEL 8 AL 12 DE
DESEMBRE

FESTIU

DEL 15 AL 19 DE
DESEMBRE

PASTA AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA A LA FRANCESA

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

DEL 22 AL 26 DE
DESEMBRE

BON
NADAL!

Arriba
l'hivern a
l'espai del
migdia

DIMARTS

PATATA AMB
MONGETA TENDRA
(molt poca)

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

CREMA DE PATATA I
PASTANAGA (POCA)

TRUITA DE PATATA

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

PLAT ÚNIC COMPLET

ARRÒS AMB
VERDURETES DE L'HORT
(pastanaga, tomàquet,
all, ceba) AMB DAUS DE
LLUÇ

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

BON
NADAL!

DIMECRES

CREMA DE PATATA I
PASTANAGA (POCA)

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN

Fruita del temps ECO
(POMA, PLÀTAN, MELÓ)

SOPA DE BROU D'AU
AMB FIDEUS ECO
(espesa)

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb puré de patata
casolà (s/làctics)

Fruita del temps ECO
(POMA, PLÀTAN, MELÓ)

PATATA AMB MONGETA
TENDRA (molt poca)

GALL DINDI GUISAT amb
salsa pastanaga ECO

Fruita del temps ECO
(POMA, PLÀTAN, MELÓ)

BON
NADAL!

Tastarem
cremes i
caldos per
escalfar-nos

DIJOUS

ESPAGUETIS ECO A LA
NAPOLITANA
S/FORMATGE

*PEIX BLANC AL FORN

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

PASTA AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

ARRÒS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

LLOM AL FORN

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

BON
NADAL!

DIVENDRES

PATATA AMB
MONGETA TENDRA
(molt poca)

DAUS DE PORC
ROSTITS amb compota
de poma i arròs

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

ARRÒS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

LLUÇ ENFARINAT
CASOLÀ

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB
GALETS

POLLASTRE AL FORN
amb patates al forn

Fruita del temps (POMA,
PLÀTAN, MELÓ)

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: poma ECO, plàtan/banana (madur), meló.
FRUITA SEMPRE PELADA.

Les verdures i hortalisses són de temporada i proximitat o producció integrada: tomàquet ECO, mongeta tendra,
patata, ceba, alls, pastanaga ECO.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Bullir la pasta i l'arròs abans d'afegir el sofregit.

Es serveix d'acompanyament pa blanc (S/LÀCTICS) i dimarts i dijous es serveix PA INTEGRAL (S/LÀCTICS).

Es serveix FRUITA DEL TEMPS (PERMESA). S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefi, platija, Maires,
Lluç, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat