

HALAL

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

Es comprovarà
que cap
ingredient
conté:
PORC

**ARRÒS AMB
VERDURETES DE L'HORT**
(ceba, pebrot, carbassó,
pastanaga, xampinyons i
tomàquet)

TRUITA A LA FRANCESA
amb **enciam** i pastanaga
ECO

Fruita del temps

FESTIU

**CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA**
(pastanaga, carbassa,
porro i patata)

OUS DURS AMB SALS
A DE TOMÀQUET
CASOLANS

Fruita del temps

LLENTIES ECO
**ESTOFADES AMB
VERDURES**

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMARTS

CIGRONS ECO
**ESTOFATS AMB
VERDURETES DE L'HORT**

**HAMBURGUESA
VEGETAL CASOLANA AL
FORN** amb **enciam** i
pastanaga

Fruita del temps

ARRÒS AMB SALS
A DE TOMÀQUET

TRUITA DE CARBASSÓ
amb **enciam** i pastanaga
ECO

Fruita del temps

**MACARRONS ECO AMB
SALS**
**A CREMOSA DE
CARBASSA**

***PEIX BLANC
ENFARINAT CASOLÀ**
amb **enciam** i pastanaga
ECO

Fruita del temps

ARRÒS TRES COLORS
(pèsols, pastanaga i blat
de moro)

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i pastanaga **ECO**

Fruita del temps

DIMECRES

**TRINXAT DE LA
CERDANYA (col i patata)**

POLLASTRE AL FORN
amb tomàquet i blat de
moro

Fruita del temps **ECO**

LLENTIES ECO
**ESTOFADES AMB DAUS
DE PATATA**

POLLASTRE AL FORN
amb **enciam** i blat de
moro

Fruita del temps **ECO**

LLENTIES ECO
**ESTOFADES AMB
VERDURES I MILL**

**HAMBURGUESA
VEGETAL CASOLANA AL
FORN** amb **enciam** i
cogombre

Fruita del temps **ECO**

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

***PEIX BLANC FRESC AL
FORN AMB SAMFAINA**

Fruita del temps **ECO**

DIJOUS

LLENTIES ECO
**ESTOFADES AMB
VERDURES**

**CROQUETES
VEGETALS
CASOLANES** amb
enciam i cogombre

**logurt natural sense
sucre**

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

***PEIX BLANC AMB
SALSETA VERDA AL
FORN** amb **enciam** i olives

logurt natural sense sucre

CREMA DE CARBASSA
(carbassa, pastanaga,
porro, patata)

***PEIX BLANC A LA
LLIMONA AL FORN** amb
tomàquet amanit i olives

**logurt natural sense
sucre**

ARRÒS AMB SALS
A DE TOMÀQUET

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb **enciam** i olives

**logurt natural sense
sucre**

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
(carbassa, porro, pastanaga,
patata)

**SALSITXES D'AU AL
FORN** amb puré de
moniato casolà

Fruita del temps

DIVENDRES

**CREMA DE
CARBASSÓ** (carbassó,
porro, **api**, patata)

**DAUS DE POLLASTRE
AL FORN** amb patates
panadera

Fruita del temps

**MONGETES BLANQUES
ECO ESTOFADES AMB
VERDURES**

**OUS DURS AMB
BEIXAMEL CASOLANS**

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET

**ESPAGUETIS ECO AMB
BOLONYESA DE
POLLASTRE I
FORMATGE** amb **enciam**
i cogombre

Fruita del temps

CIGRONS ECO
**ESTOFATS AMB
VERDURETES DE
L'HORT**

**DAUS D'AU ESTOFATS
AMB XAMPINYONS** i
guarnició d'amanida

Fruita del temps

FESTIU

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

Les verdures i hortalisses són de temporada i **proximitat** o **producció integrada**: carbassó **ECO**, pebrot, alberginija, tomàquet **ECO**, cogombre **ECO**, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, porro, **api**, alls, col, coliflor, bròquil, pastanaga **ECO**, **enciam**, rave, remolatxa, olives.

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 i **dimarts** i **dijous** es serveix **PA INTEGRAL**.

Es serveix **logurt natural sense sucre ECO**. 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, platja, Lluc.



@tenomenjadors



@teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat