



| DILLUNS  | DIMARTS   | DIMECRES  | DIJOUS   | DIVENDRES   |
|--|---|---|--|---|
| <p><b>TOTS ELS PLATS S'ADAPTEN A LES NECESSITATS ESPECIALS DE CADA ALUMNE.</b></p> <p><b>"OOVE": Oli d'oliva verge extra en amanides i verdures.</b></p> | <p>RECOMANACIONS PEL SOPAR:<br/>Si de primer plat ha dinat pasta, arròs o llegum, recomanem sopar verdura, crema de verdura o amanida i al inrevés. Si de segon plat ha dinat llegum, proteïna vegetal o ou, proposem sopar carn o peix i al inrevés. De postres, aconsellem donar fruita fresca cada dia i reservar 1-2 dies pels làctics.</p> |   | <p>1</p> <p>FESTIU</p>   | <p>2</p> <p>LLIURE DISPOSICIÓ</p>   |
| <p>5<br/>Llenties ECO estofades amb verdures<br/>Truita de patates<br/>Enciam i tomàquet<br/>Pa blanc i iogurt (sense lactosa)</p>                       | <p>6<br/>Arròs amb verduretes<br/>Mandonguilles de peix (lluç i sípia) amb salsa<br/>Enciam i blat de moro<br/>Pa integral i fruita de temporada</p>  | <p>7<br/>Crema de verdures<br/>Pollastre rostit a la cassola amb patates<br/>Pa blanc i fruita de temporada</p>                         | <p>8<br/>Mongetes tendres bullides amb patates<br/>Llom arrebossat<br/>Enciam i olives<br/>Pa integral i fruita de temporada</p> | <p>9<br/>Espirals <b>integrals</b> amb salsa de pastanaga<br/>Abadejo al forn<br/>Enciam i pastanaga<br/>Pa blanc i fruita de temporada</p>     |
| <p>12<br/>Trinxat de carbassó<br/>Salsitxes de porc amb sanfaina<br/>Pa blanc i iogurt (sense lactosa)</p>   | <p>13<br/>Cigrons ECO amb espinacs<br/>Ous gratinats (sense lactosa) amb enciam i blat de moro<br/>Pa integral i fruita de temporada</p>  | <p>14<br/>Pasta <b>integral</b> amb salsa de formatges<br/>Lluç a la llimona amb enciam i olives<br/>Pa blanc i fruita de temporada</p> | <p>15<br/>Crema de carbassa<br/>Pizza casolana amb bolonyesa de soja<br/>Pa integral i fruita de temporada</p>                   | <p>16<br/>Arròs ECO amb salsa de tomàquet<br/>Pollastre a l'ast<br/>Enciam i pastanaga<br/>Pa blanc i fruita de temporada</p>                   |
| <p>19<br/>Arròs <b>integral</b> a la milanesa<br/>Mandonguilles amb salsa de tomàquet<br/>Pa blanc i iogurt (sense lactosa)</p>                          | <p>20<br/>Crema de verdures amb rostes<br/>Pollastre rostit a la llimona<br/>Enciam i blat de moro<br/>Pa integral i fruita de temporada</p>  | <p>21<br/>Mongetes tendres bullides amb patates<br/>Paella marinera<br/>Pa blanc i fruita de temporada</p>                              | <p>22<br/>Amanida de Llenties<br/>Truita francesa<br/>Enciam i pastanaga<br/>Pa integral i fruita de temporada</p>               | <p>23<br/>Macarrons amb salsa de tomàquet<br/>Peix plancha<br/>Enciam i olives<br/>Pa blanc i fruita de temporada</p>                           |
| <p>26<br/>Coliflor amb patata<br/>Macarrons ECO amb bolonyesa de llegums ECO<br/>Pa blanc i iogurt (sense lactosa)</p>                                   | <p>27<br/>Cigrons estofats<br/>Truita de carbassó amb enciam i blat de moro<br/>Pa integral i fruita de temporada</p>   | <p>28<br/>Arròs ECO amb verdures<br/>Pollastre amb albergínia<br/>Pa blanc i fruita de temporada</p>                                    | <p>29<br/>Crema de carbassó<br/>Botifarra amb seques ECO<br/>Pa integral i fruita de temporada</p>                               | <p>30<br/>Espaguetis <b>integrals</b> amb salsa de tomàquet<br/>Lluç a l'andaluza amb enciam i pastanaga<br/>Pa blanc i fruita de temporada</p> |

