

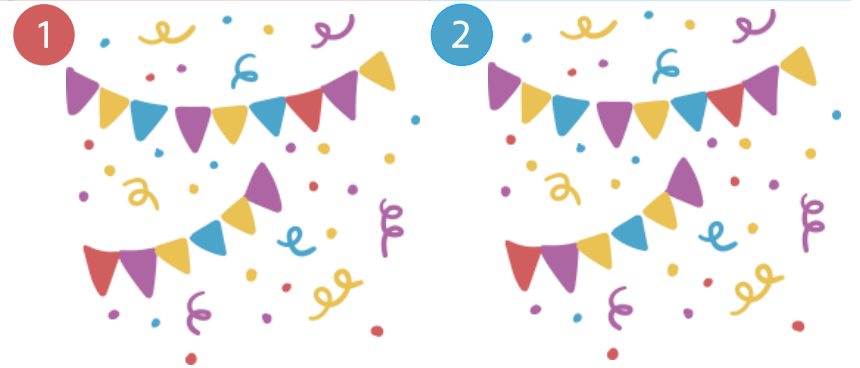
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



5 · Arròs amb tomàquet · Croquetes d'arròs i mill (sense gluten) amb enciam i cogombre · Fruita de temporada	6 · Cigrons estofats · Truita a la francesa amb enciam i olives · Fruita de temporada	7 · Pasta sense gluten a la carbonara · Lluç al forn al estil del xef · Fruita de temporada	8 · Patata i bròquil · Gall dindi a la planxa amb enciam i moresc · logurt natural	9 · Amanida de patata amb verdures de l'hort · Botifarra a la planxa amb tomàquet amanit · Fruita de temporada
12 · Llenties estofades · Truita de carbassó amb enciam i olives · Fruita de temporada	13 · Verdures tricolor · Pollastre rostit amb enciam i moresc · Fruita de temporada	14 · Arròs tres delícies · Lluç amb all i julivert i enciam i tomàquet · Fruita de temporada	15 DIADA DE LA FAMÍLIA: Menú Mc Manyanet · Hamburguesa (formatge, enciam i tomàquet) amb pa sense gluten i patates fregides · logurt natural	16 · Crema de carbassó · Pasta sense gluten a la bolonyesa vegetal (sense gluten) · Fruita de temporada
19 · Patata amb mongeta verda · Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet · Fruita de temporada	20 · Pasta sense gluten al pesto · Llenguadina a l'andalusa (farina sense gluten) amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada	21 · Amanida campera · Mongetes saltejades amb all i julivert · Fruita de temporada	22 · Sopa de fideus sense gluten · Pollastre al forn amb herbes provençals i xampinyons · logurt natural	23 · Paella de verdures · Truita francesa amb enciam i cogombre · Fruita de temporada
26 · Pasta sense gluten a la amatriciana · Truita de patates amb enciam i moresc · Fruita de temporada	27 · Empedrat de cigrons · Gall dindi al curri amb arròs · Fruita de temporada	28 · Patates estofades amb hortalisses · Llom a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	29 · Crema de carbassa · Pollastre arrebossat (farina sense gluten) amb enciam i tomàquet · logurt de maduixa	30 · Arròs amb tomàquet · Rap al forn amb ceba i tomàquet, acompanyat d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada

ELS PÈSOLS

Ja tenim aquí un dels productes estrella de la temporada, els pèsols. Aquest llegum, sovint confós amb les verdures, presenta un gran valor nutricional i és un dels aliments més complets i bàsics d'una dieta saludable. És una font rica en proteïnes vegetals, fibra i vitamines, com la C, B i minerals com ferro, potassi i magnesi. Són ideals per cuinar bullits, estofats o crus en amanides.



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



5	6	7	8	9
· Arròs amb tomàquet · Croquetes d'arròs i mill (sense ou) amb enciam i cogombre · Fruita de temporada	· Cigrons estofats · Pollastre a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	· Pasta sense ou a la carbonara · Lluç al forn al estil del xef · Fruita de temporada	· Patata i bròquil · Pinxos de gall dindi amb enciam i moresc · logurt natural	· Amanida de patata amb verdures de l'hort (sense ou) · Botifarra a la planxa amb tomàquet amanit · Fruita de temporada
12	13	14	15	16
· Llenties estofades · Gall dindi a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	· Verdures tricolor · Pollastre rostit amb enciam i moresc · Fruita de temporada	· Arròs tres delícies (sense ou) · Lluç amb all i julivert i enciam i tomàquet · Fruita de temporada	DIADA DE LA FAMÍLIA: Menú Mc Manyanet · Hamburguesa (formatge, enciam i tomàquet) amb pa sense al·lèrgens i patates fregides · logurt natural	· Crema de carbassó · Pasta sense ou a la bolonyesa vegetal (sense ou) · Fruita de temporada
19	20	21	22	23
· Patata amb mongeta verda · Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet · Fruita de temporada	· Pasta sense ou al pesto · Llenguadina a l'andalusa (sense ou) amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada	· Amanida campera (sense ou) · Mongetes saltejades amb all i julivert · Fruita de temporada	· Sopa de fideus sense ou · Pollastre al forn amb herbes provençals i xampinyons · logurt natural	· Paella de verdures · Gall dindi a la planxa amb enciam i cogombre · Fruita de temporada
26	27	28	29	30
· Pasta sense ou a la amatriciana · Peix a la planxa amb enciam i moresc · Fruita de temporada	· Empedrat de cigrons (sense ou) · Gall dindi al curri amb cuscús · Fruita de temporada	· Patates estofades amb hortalisses · Llom a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	· Crema de carbassa · Pollastre arrebossat (sense ou) amb enciam i tomàquet · logurt de maduixa	· Arròs amb tomàquet · Rap al forn amb ceba i tomàquet, acompanyat d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada

ELS PÈSOLS

Ja tenim aquí un dels productes estrella de la temporada, els pèsols. Aquest llegum, sovint confós amb les verdures, presenta un gran valor nutricional i és un dels aliments més complets i bàsics d'una dieta saludable. És una font rica en proteïnes vegetals, fibra i vitamines, com la C, B i minerals com ferro, potassi i magnesi. Són ideals per cuinar bullits, estofats o crus en amanides.



SENSE LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				
5 · Arròs amb tomàquet · Croquetes d'arròs i mill (sense lactosa) amb enciam i cogombre · Fruita de temporada	6 · Cigrons estofats · Truita a la francesa amb enciam i olives · Fruita de temporada	7 · Pasta a la carbonara (sense làctics) · Lluç al forn al estil del xef (sense làctics) · Fruita de temporada	8 · Patata i bròquil · Pinxos de gall dindi amb enciam i moresc · logurt natural sense lactosa	9 · Amanida de patata amb verdures de l'hort (sense formatge) · Botifarra a la planxa amb tomàquet amanit · Fruita de temporada
12 · Llenties estofades · Truita de carbassó amb enciam i olives · Fruita de temporada	13 · Verdures tricolor · Pollastre rostit amb enciam i moresc · Fruita de temporada	14 · Arròs tres delícies (sense pernil dolç) · Lluç amb all i julivert i enciam i tomàquet · Fruita de temporada	15 - DIADA DE LA FAMÍLIA: Menú Mc Manyanet · Hamburguesa (enciam i tomàquet) amb pa sense al·lèrgens i patates fregides (sense formatge) · logurt natural sense lactosa	16 · Crema de carbassó · Pasta a la bolonyesa vegetal (sense lactosa) · Fruita de temporada
19 · Patata amb mongeta verda · Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet · Fruita de temporada	20 · Pasta al pesto (sense làctics) · Llenguadina a l'andalusa (sense al·lèrgens) amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada	21 · Amanida campera (sense formatge) · Mongetes saltejades amb all i julivert · Fruita de temporada	22 · Sopa de fideus · Pollastre al forn amb herbes provençals i xampinyons · logurt natural sense lactosa	23 · Paella de verdures · Truita francesa amb enciam i cogombre · Fruita de temporada
26 · Macarrons a la amatriciana (sense làctics) · Truita de patates amb enciam i moresc · Fruita de temporada	27 · Empedrat de cigrons · Gall dindi al curri amb cuscús · Fruita de temporada	28 · Patates estofades amb hortalisses · Llom a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	29 · Crema de carbassa · Pollastre arrebossat (sense al·lèrgens) amb enciam i tomàquet · logurt natural sense lactosa	30 · Arròs amb tomàquet · Rap al forn amb ceba i tomàquet, acompanyat d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada

ELS PÈSOLS

Ja tenim aquí un dels productes estrella de la temporada, els pèsols. Aquest llegum, sovint confós amb les verdures, presenta un gran valor nutricional i és un dels aliments més complets i bàsics d'una dieta saludable. És una font rica en proteïnes vegetals, fibra i vitamines, com la C, B i minerals com ferro, potassi i magnesi. Són ideals per cuinar bullits, estofats o crus en amanides.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				
5 · Arròs amb tomàquet · Croquetes de pollastre (sense fruits secs i sèsam) amb enciam i cogombre · Fruita de temporada	6 · Cigrons estofats · Truita a la francesa amb enciam i olives · Fruita de temporada	7 · Pasta a la carbonara · Lluç al forn al estil del xef · Fruita de temporada	8 · Patata i bròquil · Gall dindi a la planxa amb enciam i moresc · logurt natural	9 · Amanida de patata amb verdures de l'hort · Botifarra a la planxa amb tomàquet amanit · Fruita de temporada
12 · Llenties estofades · Truita de carbassó amb enciam i olives · Fruita de temporada	13 · Verdures tricolor · Pollastre rostit amb enciam i moresc · Fruita de temporada	14 · Arròs tres delícies · Lluç amb all i julivert i enciam i tomàquet · Fruita de temporada	15 DIADA DE LA FAMÍLIA: - Menú Mc Manyanet · Hamburguesa (formatge, enciam i tomàquet) amb pa sense al·lèrgens i patates fregides · logurt natural	16 · Crema de carbassó · Pasta a la bolonyesa de carn · Fruita de temporada
19 · Patata amb mongeta verda · Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet · Fruita de temporada	20 · Pasta al pesto (sense fruits secs i sèsam) · Llenguadina a l'andalusa (farina sense al·lèrgens) amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada	21 · Amanida campera · Mongetes saltejades amb all i julivert · Fruita de temporada	22 · Sopa de fideus · Pollastre al forn amb herbes provençals i xampinyons · logurt natural	23 · Paella de verdures · Truita francesa amb enciam i cogombre · Fruita de temporada
26 · Macarrons a la amatriciana · Truita de patates amb enciam i moresc · Fruita de temporada	27 · Empedrat de cigrons · Gall dindi al curri amb cuscús · Fruita de temporada	28 · Patates estofades amb hortalisses · Llom a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	29 · Crema de carbassa · Pollastre arrebossat (farina sense al·lèrgens) amb enciam i tomàquet · logurt de maduixa	30 · Arròs amb tomàquet · Rap al forn amb ceba i tomàquet, acompanyat d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada

ELS PÈSOLS

Ja tenim aquí un dels productes estrella de la temporada, els pèsols. Aquest llegum, sovint confós amb les verdures, presenta un gran valor nutricional i és un dels aliments més complets i bàsics d'una dieta saludable. És una font rica en proteïnes vegetals, fibra i vitamines, com la C, B i minerals com ferro, potassi i magnesi. Són ideals per cuinar bullits, estofats o crus en amanides.



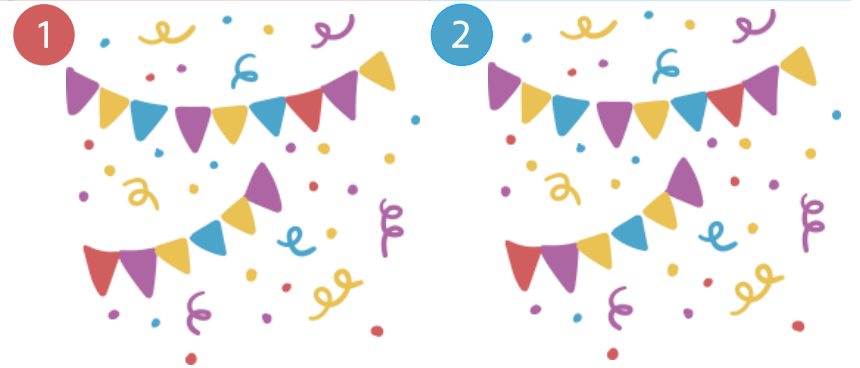
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



5 · Arròs amb tomàquet · Croquetes d'arròs i mill amb enciam i cogombre · Fruita de temporada	6 · Cigrons estofats · Truita a la francesa amb enciam i olives · Fruita de temporada	7 · Pasta a la carbonara · Pollastre al forn al estil del xef · Fruita de temporada	8 · Patata i bròquil · Pinxos de gall dindi amb enciam i moresc · logurt natural	9 · Amanida de patata amb verdures de l'hort (sense tonyina) · Botifarra a la planxa amb tomàquet amanit · Fruita de temporada
12 · Llenties estofades · Truita de carbassó amb enciam i olives · Fruita de temporada	13 · Verdures tricolor · Pollastre rostit amb enciam i moresc · Fruita de temporada	14 · Arròs tres delícies · Gall dindi amb all i julivert i enciam i tomàquet · Fruita de temporada	15 DIADA DE LA FAMÍLIA: Menú Mc Manyanet · Hamburguesa (formatge, enciam i tomàquet) amb pa i patates fregides · logurt natural	16 · Crema de carbassó · Pasta a la bolonyesa vegetal · Fruita de temporada
19 · Patata amb mongeta verda · Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet · Fruita de temporada	20 · Pasta al pesto · Gall dindi arrebossat amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada	21 · Amanida campera (sense tonyina) · Mongetes saltejades amb all i julivert · Fruita de temporada	22 · Sopa de fideus · Pollastre al forn amb herbes provençals i xampinyons · logurt natural	23 · Paella de verdures · Truita francesa amb enciam i cogombre · Fruita de temporada
26 · Macarrons a la amatriciana · Truita de patates amb enciam i moresc · Fruita de temporada	27 · Empedrat de cigrons (sense tonyina) · Gall dindi al curri amb cuscús · Fruita de temporada	28 · Patates estofades amb hortalisses · Llom a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	29 · Crema de carbassa · Pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet · logurt de maduixa	30 · Arròs amb tomàquet · Gall dindi al forn amb ceba i tomàquet, acompanyat d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada

ELS PÈSOLS

Ja tenim aquí un dels productes estrella de la temporada, els pèsols. Aquest llegum, sovint confós amb les verdures, presenta un gran valor nutricional i és un dels aliments més complets i bàsics d'una dieta saludable. És una font rica en proteïnes vegetals, fibra i vitamines, com la C, B i minerals com ferro, potassi i magnesi. Són ideals per cuinar bullits, estofats o crus en amanides.



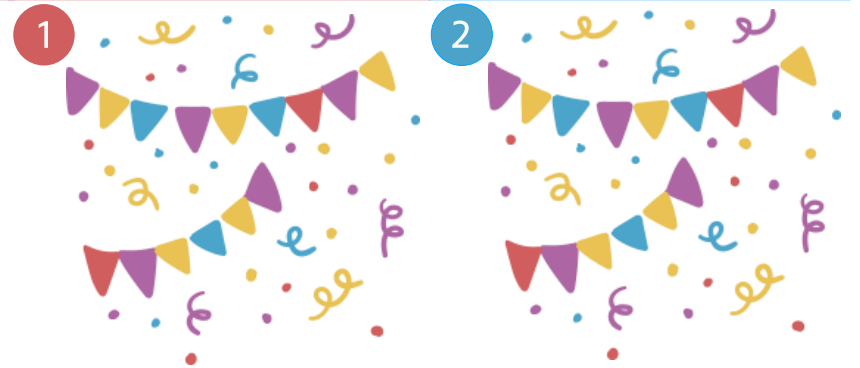
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



- 5
- Arròs amb tomàquet
 - **Croquetes d'arròs i mill** amb enciam i cogombre
 - Fruita de temporada

- 6
- Cigrons estofats
 - Truita a la francesa amb enciam i olives
 - Fruita de temporada

- 7
- Pasta a la carbonara
 - Lluç al forn al estil del xef
 - Fruita de temporada

- 8
- Patata i bròquil
 - Pinxos de gall dindi amb enciam i moresc
 - logurt natural

- 9
- Amanida de patata amb verdures de l'hort
 - Botifarra a la planxa amb tomàquet amanit
 - Fruita de temporada

- 12
- Llenties estofades
 - Truita de carbassó amb enciam i olives
 - Fruita de temporada

- 13
- Verdures tricolor
 - Pollastre rostit amb enciam i moresc
 - Fruita de temporada

- 14
- Arròs tres delícies
 - Lluç amb all i julivert i enciam i tomàquet
 - Fruita de temporada

- 15
- DIADA DE LA FAMÍLIA:**
Menú Mc Manyanet
- Hamburguesa (formatge, enciam i tomàquet) amb pa i patates fregides
 - logurt natural

- 16
- Crema de carbassó
 - Pasta a la bolonyesa vegetal
 - Fruita de temporada

- 19
- Patata amb mongeta verda
 - Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet
 - Fruita de temporada

- 20
- Pasta al pesto
 - Llenguadina a l'andalusa amb enciam i pastanaga
 - Fruita de temporada

- 21
- Amanida campera
 - Mongetes saltejades amb all i julivert
 - Fruita de temporada

- 22
- Sopa de fideus
 - Pollastre al forn amb herbes provençals i xampinyons
 - logurt natural

- 23
- Paella de verdures
 - Truita francesa amb enciam i cogombre
 - Fruita de temporada

- 26
- Macarrons a la amatriciana
 - Truita de patates amb enciam i moresc
 - Fruita de temporada

- 27
- Empedrat de cigrons
 - Gall dindi al curri amb cuscús
 - Fruita de temporada

- 28
- Patates estofades amb hortalisses
 - Llom a la planxa amb enciam i olives
 - Fruita de temporada

- 29
- Crema de carbassa
 - **Pollastre arrebossat (farina sense al·lèrgens)** amb enciam i tomàquet
 - logurt de maduixa

- 30
- Arròs amb tomàquet
 - Rap al forn amb ceba i tomàquet, acompanyat d'enciam i pastanaga
 - Fruita de temporada

ELS PÈSOLS

Ja tenim aquí un dels productes estrella de la temporada, els pèsols. Aquest llegum, sovint confós amb les verdures, presenta un gran valor nutricional i és un dels aliments més complets i bàsics d'una dieta saludable. És una font rica en proteïnes vegetals, fibra i vitamines, com la C, B i minerals com ferro, potassi i magnesi. Són ideals per cuinar bullits, estofats o crus en amanides.



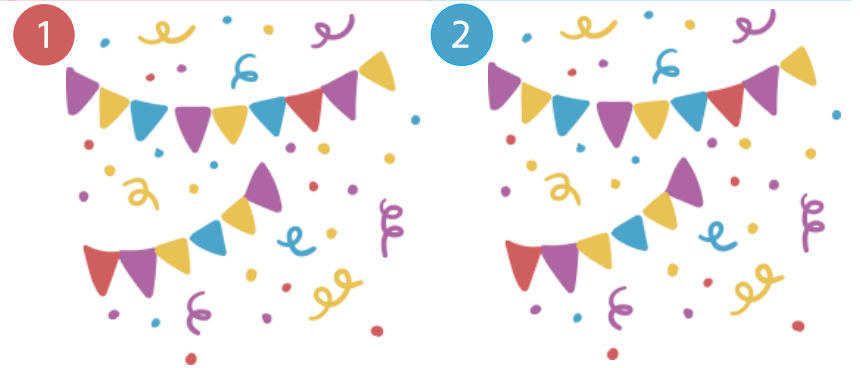
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



- 5
- Arròs amb tomàquet
 - Croquetes de pollastre amb enciam i cogombre
 - Fruita de temporada

- 6
- Cigrons estofats
 - Truita a la francesa amb enciam i olives
 - Fruita de temporada

- 7
- Pasta a la carbonara (**sense bacó**)
 - Lluç al forn al estil del xef
 - Fruita de temporada

- 8
- Patata i bròquil
 - Pinxos de gall dindi amb enciam i moresc
 - logurt natural

- 9
- Amanida de patata amb verdures de l'hort
 - **Peix a la planxa** amb tomàquet amanit
 - Fruita de temporada

- 12
- Llenties estofades
 - Truita de carbassó amb enciam i olives
 - Fruita de temporada

- 13
- Verdures tricolor
 - Pollastre rostit amb enciam i moresc
 - Fruita de temporada

- 14
- Arròs tres delícies (**sense pernil dolç**)
 - Lluç amb all i julivert i enciam i tomàquet
 - Fruita de temporada

- 15
- DIADA DE LA FAMÍLIA:**
Menú Mc Manyanet
- **Hamburguesa vegetal** (formatge, enciam i tomàquet) amb pa i patates fregides
 - logurt natural

- 16
- Crema de carbassó
 - Pasta a la bolonyesa vegetal
 - Fruita de temporada

- 19
- Patata amb mongeta verda
 - **Hamburguesa vegetal** amb enciam i tomàquet
 - Fruita de temporada

- 20
- Pasta al pesto
 - Llenguadina a l'andalusa amb enciam i pastanaga
 - Fruita de temporada

- 21
- Amanida campera
 - Mongetes saltejades amb all i julivert
 - Fruita de temporada

- 22
- Sopa de fideus (**brou sense carn**)
 - Pollastre al forn amb herbes provençals i xampinyons
 - logurt natural

- 23
- Paella de verdures (**brou sense carn**)
 - Truita francesa amb enciam i cogombre
 - Fruita de temporada

- 26
- Macarrons a la amatriciana (**sense bacó**)
 - Truita de patates amb enciam i moresc
 - Fruita de temporada

- 27
- Empedrat de cigrons
 - Gall dindi al curri amb cuscús
 - Fruita de temporada

- 28
- Patates estofades amb hortalisses
 - **Truita a la francesa** amb enciam i olives
 - Fruita de temporada

- 29
- Crema de carbassa
 - Pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet
 - logurt de maduixa

- 30
- Arròs amb tomàquet
 - Rap al forn amb ceba i tomàquet, acompanyat d'enciam i pastanaga
 - Fruita de temporada

ELS PÈSOLS

Ja tenim aquí un dels productes estrella de la temporada, els pèsols. Aquest llegum, sovint confós amb les verdures, presenta un gran valor nutricional i és un dels aliments més complets i bàsics d'una dieta saludable. És una font rica en proteïnes vegetals, fibra i vitamines, com la C, B i minerals com ferro, potassi i magnesi. Són ideals per cuinar bullits, estofats o crus en amanides.



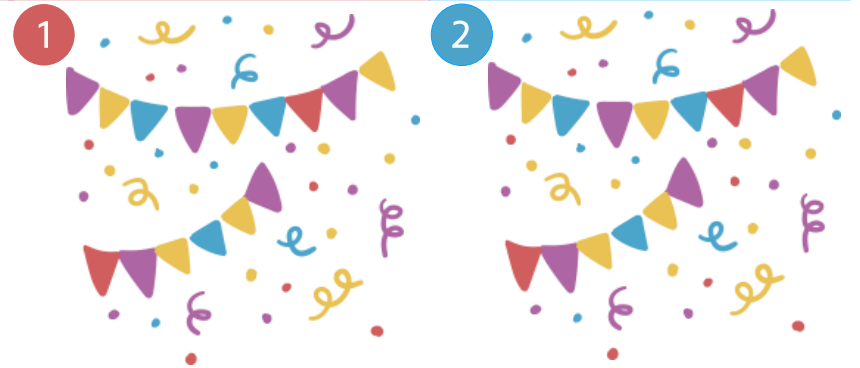
DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



5 · Arròs amb tomàquet · Croquetes de pollastre amb enciam i cogombre · Fruita de temporada	6 · Cigrons estofats · Truita a la francesa amb enciam i olives · Fruita de temporada	7 · Pasta a la carbonara · Lluç al forn al estil del xef · Fruita de temporada	8 · Patata i bròquil · Pinxos de gall dindi amb enciam i moresc · logurt natural	9 · Amanida de patata amb verdures de l'hort · Botifarra a la planxa amb tomàquet amanit · Fruita de temporada
12 · Pasta amb verdures · Truita de carbassó amb enciam i olives · Fruita de temporada	13 · Verdures tricolor · Pollastre rostit amb enciam i moresc · Fruita de temporada	14 · Arròs tres delícies · Lluç amb all i julivert i enciam i tomàquet · Fruita de temporada	15 DIADA DE LA FAMÍLIA: Menú Mc Manyanet · Hamburguesa (formatge, enciam i tomàquet) amb pa i patates fregides · logurt natural	16 · Crema de carbassó · Pasta a la bolonyesa de carn · Fruita de temporada
19 · Patata amb mongeta verda · Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet · Fruita de temporada	20 · Pasta al pesto · Llenguadina a l'andalusa amb enciam i pastanaga · Fruita de temporada	21 · Amanida campera · Mongetes saltejades amb all i julivert · Fruita de temporada	22 · Sopa de fideus · Pollastre al forn amb herbes provençals i xampinyons · logurt natural	23 · Paella de verdures · Truita francesa amb enciam i cogombre · Fruita de temporada
26 · Macarrons a la amatriciana · Truita de patates amb enciam i moresc · Fruita de temporada	27 · Empedrat de cigrons · Gall dindi al curri amb cuscús · Fruita de temporada	28 · Patates estofades amb hortalisses · Llom a la planxa amb enciam i olives · Fruita de temporada	29 · Crema de carbassa · Pollastre arrebossat amb enciam i tomàquet · logurt de maduixa	30 · Arròs amb tomàquet · Rap al forn amb ceba i tomàquet, acompanyat d'enciam i pastanaga · Fruita de temporada

ELS PÈSOLS

Ja tenim aquí un dels productes estrella de la temporada, els pèsols. Aquest llegum, sovint confós amb les verdures, presenta un gran valor nutricional i és un dels aliments més complets i bàsics d'una dieta saludable. És una font rica en proteïnes vegetals, fibra i vitamines, com la C, B i minerals com ferro, potassi i magnesi. Són ideals per cuinar bullits, estofats o crus en amanides.

