

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6

- **Pasta sense gluten** a la norma
- Rap a la planxa amb amanida variada
- Fruita de temporada

7

- Cigrons estofats
- Botifarra a la planxa amb amanida variada
- Fruita de temporada

8

- Arròs a la milanesa
- Fogoner al forn al estil del xef
- Fruita de temporada

9

- Pèsols amb patata
- Truita a la francesa amb amanida variada
- logurt natural

10

- Crema de pastanaga
- Pollastre al forn amb herbes provençals i patata al caliu
- Fruita de temporada

13

- Llenties estofades amb verdures
- Truita de patates amb amanida variada
- Fruita de temporada

14

- **Pasta sense gluten** a la carbonara
- **Hamburguesa mixta** amb amanida variada
- Fruita de temporada

15

- Patata i bròquil
- Pollastre estofat amb xampinyons
- Fruita de temporada

16

- Arròs amb tomàquet
- Mongetes saltejades amb all i julivert
- logurt natural

17

- Minestra de verdures
- Salmó al forn amb amanida variada
- Fruita de temporada

20

- Crema de carbassó
- Estofat de gall dindi amb verduretes
- Fruita de temporada

21

- Paella de verdures
- Truita a la francesa amb amanida variada
- Fruita de temporada

22

- Cigrons saltejats amb bacó
- Hamburguesa mixta amb amanida variada
- Fruita de temporada

23

- **Pasta sense gluten** amb salsa napolitana
- Pollastre a la llimona amb amanida variada
- logurt natural

24

- Mongetes estofades
- Verat a la planxa amb amanida variada
- Fruita de temporada

27

- Llenties estofades
- Truita de carbassó amb amanida variada
- Fruita de temporada

28

- Sopa de **fideus sense gluten**
- Cigrons amb samfaina i ou dur
- Fruita de temporada

29

- Ensaladilla russa
- Mandonguilles vegetals amb xampinyons
- Fruita de temporada

30

- **CASTAWEEN:**
- Crema de carbassa i moniato
- Pollastre arrebossat (**farina sense gluten**) amb amanida variada
- **Pastís sense gluten**

31



LA CASTANYA

La castanya és un dels fruits més representatius de la tardor, especialment a Catalunya, on forma part de la celebració de la Castanyada. Es tracta del fruit del castanyer, un arbre que pot arribar a fer més de 20 metres d'alçada i viure molts anys.

Són riques en hidrats de carboni, fibra, vitamines del grup B i minerals.

És molt habitual menjar-les torrades, però també es poden bullir, fer en purés, cremes o afegir a postres i plats de cuina tradicional.



SENSE OU

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 - Amanida campera (sense ou) - Pollastre a l'allet amb amanida variada - Fruita de temporada	2 - Crema de verdures - Pasta sense ou a la bolonyesa vegetal - logurt natural	3 - Patata i mongeta verda - Estofat de gall dindi amb verdures - Fruita de temporada
6 - Pasta sense ou a la norma - Rap a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	7 - Cigrons estofats - Botifarra a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	8 - Arròs a la milanesa - Fogoner al forn al estil del xef - Fruita de temporada	9 - Pèsols amb patata - Gall dindi a la planxa amb amanida variada - logurt natural	10 - Crema de pastanaga - Pollastre al forn amb herbes provençals i patata al caliu - Fruita de temporada
13 - Llenties estofades amb verdures - Gall dindi a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	14 - Pasta sense ou a la carbonara - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	15 - Patata i bròquil - Pollastre estofat amb xampinyons - Fruita de temporada	16 - Arròs amb tomàquet - Mongetes saltejades amb all i julivert - logurt natural	17 - Minestra de verdures - Salmó al forn amb amanida variada - Fruita de temporada
20 - Crema de carbassó - Estofat de gall dindi amb verduretes - Fruita de temporada	21 - Paella de verdures - Peix a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	22 - Cigrons saltejats amb bacó - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	23 - Pasta sense ou amb salsa napolitana - Pollastre a la llimona amb amanida variada - logurt natural	24 - Mongetes estofades - Verat a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada
27 - Llenties estofades - Gall dindi a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	28 - Sopa de fideus sense ou - Cigrons amb samfaina (sense ou) - Fruita de temporada	29 - Ensaladilla russa (sense ou) - Mandonguilles vegetals amb xampinyons - Fruita de temporada	30 - CASTAWEEN: - Crema de carbassa i moniato - Pollastre arrebossat (sense ou) amb amanida variada - Pastís sense al·lèrgens	31

LA CASTANYA

La castanya és un dels fruits més representatius de la tardor, especialment a Catalunya, on forma part de la celebració de la Castanyada. Es tracta del fruit del castanyer, un arbre que pot arribar a fer més de 20 metres d'alçada i viure molts anys.

Són riques en hidrats de carboni, fibra, vitamines del grup B i minerals. És molt habitual menjar-les torrades, però també es poden bullir, fer en purés, cremes o afegir a postres i plats de cuina tradicional.



SENSE LACTOSA

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 - Amanida campera (sense formatge) - Pollastre a l'allet amb amanida variada - Fruita de temporada	2 - Crema de verdures - Pasta integral a la bolonyesa vegetal - logurt natural sense lactosa	3 - Patata i mongeta verda - Estofat de gall dindi amb verdures - Fruita de temporada
6 - Pasta integral a la norma - Rap a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	7 - Cigrons estofats - Botifarra a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	8 - Arròs a la milanesa (sense formatge) - Fogoner al forn al estil del xef - Fruita de temporada	9 - Pèsols amb patata - Truita a la francesa amb amanida variada - logurt natural sense lactosa	10 - Crema de pastanaga - Pollastre al forn amb herbes provençals i patata al caliu - Fruita de temporada
13 - Llenties estofades amb verdures - Truita de patates amb amanida variada - Fruita de temporada	14 - Pasta a la carbonara (sense làctics) - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	15 - Patata i bròquil - Pollastre estofat amb xampinyons - Fruita de temporada	16 - Arròs amb tomàquet - Mongetes saltejades amb all i julivert - logurt natural sense lactosa	17 - Minestra de verdures - Salmó al forn amb amanida variada - Fruita de temporada
20 - Crema de carbassó - Estofat de gall dindi amb verduretes - Fruita de temporada	21 - Paella de verdures - Truita a la francesa amb amanida variada - Fruita de temporada	22 - Cigrons saltejats amb bacó - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	23 - Pasta integral amb salsa napolitana - Pollastre a la llimona amb amanida variada - logurt natural sense lactosa	24 - Mongetes estofades - Verat a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada
27 - Llenties estofades - Truita de carbassó amb amanida variada - Fruita de temporada	28 - Sopa de fideus integrals - Cigrons amb samfaina i ou dur - Fruita de temporada	29 - Ensaladilla russa (sense maionesa) - Mandonguilles vegetals amb xampinyons - Fruita de temporada	30 - CASTAWEEN: - Crema de carbassa i moniato - Pollastre arrebossat (farina sense al·lèrgens) amb amanida variada - Pastís sense lactosa	31

LA CASTANYA

La castanya és un dels fruits més representatius de la tardor, especialment a Catalunya, on forma part de la celebració de la Castanyada. Es tracta del fruit del castanyer, un arbre que pot arribar a fer més de 20 metres d'alçada i viure molts anys.

Són riques en hidrats de carboni, fibra, vitamines del grup B i minerals. És molt habitual menjar-les torrades, però també es poden bullir, fer en purés, cremes o afegir a postres i plats de cuina tradicional.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 - Amanida campera - Pollastre a l'allet amb amanida variada - Fruita de temporada	2 - Crema de verdures - Pasta amb oli, orenga i pollastre - logurt natural	3 - Patata i mongeta verda - Estofat de gall dindi amb verdures - Fruita de temporada
6 - Pasta integral a la norma - Rap a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	7 - Cigrons estofats - Botifarra a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	8 - Arròs a la milanesa - Fogoner al forn al estil del xef - Fruita de temporada	9 - Pèsols amb patata - Truita a la francesa amb amanida variada - logurt natural	10 - Crema de pastanaga - Pollastre al forn amb herbes provençals i patata al caliu - Fruita de temporada
13 - Llenties estofades amb verdures - Truita de patates amb amanida variada - Fruita de temporada	14 - Pasta integral a la carbonara - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	15 - Patata i bròquil - Pollastre estofat amb xampinyons - Fruita de temporada	16 - Arròs amb tomàquet - Mongetes saltejades amb all i julivert - logurt natural	17 - Minestra de verdures - Salmó al forn amb amanida variada - Fruita de temporada
20 - Crema de carbassó - Estofat de gall dindi amb verduretes - Fruita de temporada	21 - Paella de verdures - Truita a la francesa amb amanida variada - Fruita de temporada	22 - Cigrons saltejats amb bacó - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	23 - Pasta integral amb salsa napolitana - Pollastre a la llimona amb amanida variada - logurt natural	24 - Mongetes estofades - Verat a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada
27 - Llenties estofades - Truita de carbassó amb amanida variada - Fruita de temporada	28 - Sopa de fideus integrals - Cigrons amb samfaina i ou dur - Fruita de temporada	29 - Ensaladilla russa - Mandonguilles vegetals amb xampinyons - Fruita de temporada	30 - CASTAWEEN: - Crema de carbassa i moniato - Pollastre arrebossat (farina sense al·lèrgens) amb amanida variada - Pastís sense al·lèrgens	31

LA CASTANYA

La castanya és un dels fruits més representatius de la tardor, especialment a Catalunya, on forma part de la celebració de la Castanyada. Es tracta del fruit del castanyer, un arbre que pot arribar a fer més de 20 metres d'alçada i viure molts anys.

Són riques en hidrats de carboni, fibra, vitamines del grup B i minerals. És molt habitual menjar-les torrades, però també es poden bullir, fer en purés, cremes o afegir a postres i plats de cuina tradicional.



SENSE PEIX

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 - Amanida campera (sense tonyina) - Pollastre a l'allet amb amanida variada - Fruita de temporada	2 - Crema de verdures - Pasta integral a la bolonyesa vegetal - logurt natural	3 - Patata i mongeta verda - Estofat de gall dindi amb verdures - Fruita de temporada
6 - Pasta integral a la norma - Truita a la francesa amb amanida variada - Fruita de temporada	7 - Cigrons estofats - Botifarra a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	8 - Arròs a la milanesa - Gall dindi a la planxa al estil del xef - Fruita de temporada	9 - Pèsols amb patata - Truita a la francesa amb amanida variada - logurt natural	10 - Crema de pastanaga - Pollastre al forn amb herbes provençals i patata al caliu - Fruita de temporada
13 - Llenties estofades amb verdures - Truita de patates amb amanida variada - Fruita de temporada	14 - Pasta integral a la carbonara - Hamburguesa vegetal amb amanida variada - Fruita de temporada	15 - Patata i bròquil - Pollastre estofat amb xampinyons - Fruita de temporada	16 - Arròs amb tomàquet - Mongetes saltejades amb all i julivert - logurt natural	17 - Minestra de verdures - Gall dindi a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada
20 - Crema de carbassó - Estofat de gall dindi amb verduretes - Fruita de temporada	21 - Paella de verdures - Truita a la francesa amb amanida variada - Fruita de temporada	22 - Cigrons saltejats amb bacó - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	23 - Pasta integral amb salsa napolitana - Pollastre a la llimona amb amanida variada - logurt natural	24 - Mongetes estofades - Gall dindi a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada
27 - Llenties estofades - Truita de carbassó amb amanida variada - Fruita de temporada	28 - Sopa de fideus integrals - Cigrons amb samfaina i ou dur - Fruita de temporada	29 - Ensaladilla russa (sense tonyina) - Mandonguilles vegetals amb xampinyons - Fruita de temporada	30 - CASTAWEEN: - Crema de carbassa i moniato - Pollastre arrebossat amb amanida variada - Pastís de xocolata	31

LA CASTANYA

La castanya és un dels fruits més representatius de la tardor, especialment a Catalunya, on forma part de la celebració de la Castanyada. Es tracta del fruit del castanyer, un arbre que pot arribar a fer més de 20 metres d'alçada i viure molts anys.

Són riques en hidrats de carboni, fibra, vitamines del grup B i minerals. És molt habitual menjar-les torrades, però també es poden bullir, fer en purés, cremes o afegir a postres i plats de cuina tradicional.



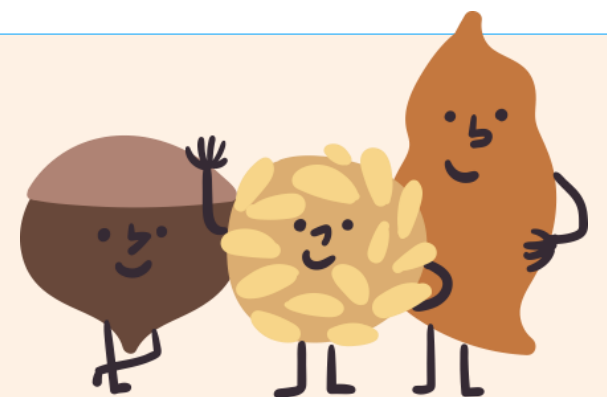
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 - Amanida campera - Pollastre a l'allet amb amanida variada - Fruita de temporada	2 - Crema de verdures - Pasta integral a la bolonyesa vegetal - logurt natural	3 - Patata i mongeta verda - Estofat de gall dindi amb verdures - Fruita de temporada
6 - Pasta integral a la norma - Rap a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	7 - Cigrons estofats - Botifarra a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	8 - Arròs a la milanesa - Peix sense marisc al estil del xef - Fruita de temporada	9 - Pèsols amb patata - Truita a la francesa amb amanida variada - logurt natural	10 - Crema de pastanaga - Pollastre al forn amb herbes provençals i patata al caliu - Fruita de temporada
13 - Llenties estofades amb verdures - Truita de patates amb amanida variada - Fruita de temporada	14 - Pasta integral a la carbonara - Hamburguesa vegetal amb amanida variada - Fruita de temporada	15 - Patata i bròquil - Pollastre estofat amb xampinyons - Fruita de temporada	16 - Arròs amb tomàquet - Mongetes saltejades amb all i julivert - logurt natural	17 - Minestra de verdures - Salmó al forn (sense traces de marisc) amb amanida variada - Fruita de temporada
20 - Crema de carbassó - Estofat de gall dindi amb verduretes - Fruita de temporada	21 - Paella de verdures - Truita a la francesa amb amanida variada - Fruita de temporada	22 - Cigrons saltejats amb bacó - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	23 - Pasta integral amb salsa napolitana - Pollastre a la llimona amb amanida variada - logurt natural	24 - Mongetes estofades - Verat a la planxa (sense traces de marisc) amb amanida variada - Fruita de temporada
27 - Llenties estofades - Truita de carbassó amb amanida variada - Fruita de temporada	28 - Sopa de fideus integrals - Cigrons amb samfaina i ou dur - Fruita de temporada	29 - Ensaladilla russa - Mandonguilles vegetals amb xampinyons - Fruita de temporada	30 CASTAWEEN: - Crema de carbassa i moniato - Pollastre arrebossat (sense marisc) amb amanida variada - Pastís sense al·lèrgens	31

LA CASTANYA

La castanya és un dels fruits més representatius de la tardor, especialment a Catalunya, on forma part de la celebració de la Castanyada. Es tracta del fruit del castanyer, un arbre que pot arribar a fer més de 20 metres d'alçada i viure molts anys.

Són riques en hidrats de carboni, fibra, vitamines del grup B i minerals.

És molt habitual menjar-les torrades, però també es poden bullir, fer en purés, cremes o afegir a postres i plats de cuina tradicional.



SENSE PORC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

6

- Pasta integral a la norma
- Rap a la planxa amb amanida variada
- Fruita de temporada

7

- Cigrons estofats
- **Salsitxes vegetals** amb amanida variada
- Fruita de temporada

8

- Arròs a la milanesa (**sense pernil dolç**)
- Fogoner al forn al estil del xef
- Fruita de temporada

9

- Pèsols amb patata
- Truita a la francesa amb amanida variada
- logurt natural

10

- Crema de pastanaga
- Pollastre al forn amb herbes provençals i patata al caliu
- Fruita de temporada

13

- Llenties estofades amb verdures
- Truita de patates amb amanida variada
- Fruita de temporada

14

- Pasta integral a la carbonara (**sense bacó**)
- Hamburguesa vegetal amb amanida variada
- Fruita de temporada

15

- Patata i bròquil
- Pollastre estofat amb xampinyons
- Fruita de temporada

16

- Arròs amb tomàquet
- Mongetes saltejades amb all i julivert
- logurt natural

17

- Minestra de verdures
- Salmó al forn amb amanida variada
- Fruita de temporada

20

- Crema de carbassó
- Estofat de gall dindi amb verduretes
- Fruita de temporada

21

- Paella de verdures
- Truita a la francesa amb amanida variada
- Fruita de temporada

22

- Cigons saltejats (**sense bacó**)
- **Hamburguesa vegetal** amb amanida variada
- Fruita de temporada

23

- Pasta integral amb salsa napolitana
- Pollastre a la llimona amb amanida variada
- logurt natural

24

- Mongetes estofades
- Verat a la planxa amb amanida variada
- Fruita de temporada

27

- Llenties estofades
- Truita de carbassó amb amanida variada
- Fruita de temporada

28

- Sopa de fideus integrals (**sense brou de carn**)
- Cigrons amb samfaina i ou dur
- Fruita de temporada

29

- Ensaladilla russa
- Mandonguilles vegetals amb xampinyons
- Fruita de temporada

30

CASTAWEEN:

- Crema de carbassa i moniato
- Pollastre arrebossat amb amanida variada
- Pastís de xocolata

31



LA CASTANYA

La castanya és un dels fruits més representatius de la tardor, especialment a Catalunya, on forma part de la celebració de la Castanyada. Es tracta del fruit del castanyer, un arbre que pot arribar a fer més de 20 metres d'alçada i viure molts anys.

Són riques en hidrats de carboni, fibra, vitamines del grup B i minerals.

És molt habitual menjar-les torrades, però també es poden bullir, fer en purés, cremes o afegir a postres i plats de cuina tradicional.



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 - Amanida campera - Pollastre a l'allet amb amanida variada - Fruita de temporada	2 - Crema de verdures - Pasta integral a la bolonyesa vegetal - logurt natural	3 - Patata i mongeta verda - Estofat de gall dindi amb verdures - Fruita de temporada
6 - Pasta integral a la norma - Rap a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	7 - Cigrons estofats - Botifarra a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada	8 - Arròs a la milanesa - Fogoner al forn al estil del xef - Fruita de temporada	9 - Pèsols amb patata - Truita a la francesa amb amanida variada - logurt natural	10 - Crema de pastanaga - Pollastre al forn amb herbes provençals i patata al caliu - Fruita de temporada
13 Arròs amb verdures - Truita de patates amb amanida variada - Fruita de temporada	14 - Pasta integral a la carbonara - Hamburguesa vegetal amb amanida variada - Fruita de temporada	15 - Patata i bròquil - Pollastre estofat amb xampinyons - Fruita de temporada	16 - Arròs amb tomàquet - Mongetes saltejades amb all i julivert - logurt natural	17 - Minestra de verdures - Salmó al forn amb amanida variada - Fruita de temporada
20 - Crema de carbassó - Estofat de gall dindi amb verduretes - Fruita de temporada	21 - Paella de verdures - Truita a la francesa amb amanida variada - Fruita de temporada	22 - Cigrons saltejats amb bacó - Hamburguesa mixta amb amanida variada - Fruita de temporada	23 - Pasta integral amb salsa napolitana - Pollastre a la llimona amb amanida variada - logurt natural	24 - Mongetes estofades - Verat a la planxa amb amanida variada - Fruita de temporada
27 Arròs amb verdures - Truita de carbassó amb amanida variada - Fruita de temporada	28 - Sopa de fideus integrals - Cigrons amb samfaina i ou dur - Fruita de temporada	29 - Ensaladilla russa - Mandonguilles vegetals amb xampinyons - Fruita de temporada	30 CASTAWEEN: - Crema de carbassa i moniato - Pollastre arrebossat amb amanida variada - Pastís de xocolata	31

LA CASTANYA

La castanya és un dels fruits més representatius de la tardor, especialment a Catalunya, on forma part de la celebració de la Castanyada. Es tracta del fruit del castanyer, un arbre que pot arribar a fer més de 20 metres d'alçada i viure molts anys.

Són riques en hidrats de carboni, fibra, vitamines del grup B i minerals.

És molt habitual menjar-les torrades, però també es poden bullir, fer en purés, cremes o afegir a postres i plats de cuina tradicional.

