

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
<p>-Un cop al mes s'incorpora la varietat de pasta integral, així com també la opció de triar pa integral. -Postres: la fruita que s'ofereix és de temporada i el iogurt natural de Cabrianes. -L'oli que s'utilitza per cuina és oli de gira-sol alt oleic i oli d'oliva verge extra per amanir -Us adjuntem una proposta genèrica de sopars a sota de cada dia. *Des del servei de cuina de La Salle es reserva el dret a modificar el menú, si fos necessari.</p>				
<p>*LES LLEGUMS, PER LA SEVA COMPOSICIÓ NUTRICIONAL, RIQUES EN PROTEÏNES VEGETALS I EN HIDRATS DE CARBONI, ES RECOMANEN DONAR COM A PLAT ÚNIC O SEGÓN PLAT. RECOMANACONS A LES GUIES D'ALIMENTACIÓ DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA.</p>				
14 -fideus amb samfaina (tomàquet, ceba, carbassó i albergínia) -bacallà al forn amb amanida (enciam i blat de moro) -fruita del temps	15 -mongeta tendra, pastanaga i patata amb ou dur ratllat -cuixes de pollastre al forn amb ceba i tomàquet -fruita del temps	16 -patata amb sípia i pèsols (ceba, pebrot i tomàquet) -truita a la francesa amb formatge i amanida (enciam i germinats) -fruita del temps o iogurt natural	17 -lleties amb verdures (ceba, carbassa, carbassó i tomàquet) -hamburguesa de pollastre amb amanida (enciam i pastanaga) -taronja laminada amb canyella	18 -arròs a la cassola amb verdures (pebrot verd i vermell, ceba, all i tomàquet) -salmó al forn amb salsa de taronja -fruita del temps
Crema de verdures i gall dindi a la planxa	Amanida amb llegum	Sopa vegetal amb arròs i peix blanc	Amanida i truita de patata i ceba	Pa amb hummus (cigrans) i escalivada
21 -arròs amb tomàquet -lluç al forn amb all i julivert i daus de carbassó -fruita del temps o flam	22 -espirals integrals a la napolitana -daus de gall dindi amb ceba, all i orenga amb amanida (enciam i pastanaga) -fruita del temps	23 -crema de verdures (porro, carbassa i carbassó) -escalopa de vedella amb patata al forn i amanida (enciam i tomàquet) -fruita del temps	24 -pèsols amb patata i pernil dolç -pollastre al forn amb ceba i tomàquet i amanida (enciam i blat de moro) -fruita del temps	25 -amanida de cigrans (enciam, tomàquet i olives negres) -ous farcits amb tonyina i salsa beixamel -fruita del temps
Sopa vegetal amb cigrans i fideus	Verdura al forn i truita de patata	Verdura cuita amb patata i calamarcets	Crema de verdures i moniato i peix blanc	Torrada amb verdures al forn i formatge
28 -mongeta blanca amb patata, bròquil, all i julivert -pit de pollastre a la planxa amb salsa de tomàquet i amanida (enciam i pastanaga) -fruita del temps	29 -crema de verdures (porro i carbassa) -espaguetis integrals a la carbonara -fruita del temps o iogurt natural	30 -sopa vegetal amb lleties vermelles -lluç al forn amb verdures (ceba, carbassó i pastanaga) -fruita del temps		
Sopa de verdures amb arròs i lleties	Verdura amb moniato i peix blanc	Crema de verdures i moniato i gall dindi		