

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
4 -macarrons ECO amb sanfaina -remenat d'ou amb xampinyons + enciam i olives -fruita del temps	5 -lleties estofades amb arròs integral i verdures (ceba i pastanaga) -lluç al forn amb patata i enciam -fruita del temps	6 -arròs amb sofregit de ceba, pebrot i tomàquet -pollastre a la planxa amb salsa de tomàquet -fruita del temps	7 -sopa de cigrons amb pasta -bastonets de pastanaga al vapor -iogurt natural ECO o fruita del temps	8 - col i patata al vapor -hamburguesa de pollastre amb salsa de tomàquet -fruita del temps
Sopa vegetal amb arròs i peix	Verdura al wok i truita de patata	Crema de verdures i peix blanc	Crema verdures i sípia	Crep amb verdures i pollastre
11 -arròs amb salsa de tomàquet -bacallà al forn amb enciam i pastanaga -fruita del temps	12 -cigrons amb patata al forn -truita francesa amb formatge -fruita del temps	13 -mongeta verda i patata -carn magra amb salsa de ceba i tomàquet -iogurt natural ECO	14 -trinxat de pèsols amb patata -pollastre al forn amb ceba, tomàquet i all -fruita del temps	15 -espaguetis a la napolitana i formatge -truita de carbassó -fruita del temps
Verdures amb patata i llim	Sopa de verdures amb fideus i peix blanc	Verdures amb llegum	Verdures amb peix blanc al forn	Torrada amb pernil, alvocat i formatge
18 -mongeta blanca + arròs, enciam i olives -lluç al forn -fruita del temps	19 -espirals integrals amb salsa napolitana -remenat d'ou amb daus i tomàquet amanit -iogurt natural ECO	20 -ensaladilla russa (+ ou i olives) -carn magra amb xampinyons -fruita del temps	21 -arròs amb tomàquet -pit de pollastre al forn amb ceba, tomàquet i enciam -fruita del temps	22 -crema amb ceba, pastanaga i carbassó -cigrons amb arròs integral i tomàquet -fruita del temps
-verdures al forn i truita	Amanida i peix blanc	Crema de verdures i peix blanc	Verdura cuita i gall dindi	Crep de verdures, ou i formatge
25 -crema tèbia de carbassó, porro i poma -fideus amb tomàquet i carn picada de porc -fruita del temps	26 <i>-amanida de lleties + arròs integral, enciam i olives -gall dindi amb daus de patata al forn -iogurt natural ECO</i>	27 -mongeta tendra, pastanaga i patata -lluç al vapor amb enciam i tomàquet -fruita del temps	28 -crema de carbassa i porro tèbia -mandonguilles de cigrons -fruita del temps	29 -arròs amb tomàquet -remenat d'ou amb patata i amanida (enciam i olives) -fruita del temps
Verdures al wok amb gambetes/sípia	Verdures amb llegum	Crema de verdures i peix blau	Amanida i peix al forn	Pizza amb verdures, formatge i olives
BERENARS				
<i>logurt amb fruita</i>	<i>Dues peces de fruita</i>	<i>Pa amb tomàquet i formatge o pernil dolç</i>	<i>Fruita amb bastonets integrals</i>	<i>logurt amb fruita</i>

- 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 per berenar i Sabor d'origen ECO per dinar.
- L'oli que s'utilitza per cuina és oli de girasol alt oleic, oli d'oliva verge extra per amanir i la sal iodada.
- Les racions s'adapten al grup d'edat i es respecta la sensació de gana dels infants i joves.
- 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.**