

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTIU LLIURE  
DISPOSICIÓ

4

PAELLA MARINERA AMB DAUS DE RAP

5

ESPAGUETIS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET

6

BRÒQUIL I PATATA AL CURRY

7

MONGETES BLANQUES ESTOFADES

10

PAELLA DE L'HORT

11

BUNYOLS DE BACALLÀ AMB ENCIAM I  
PASTANAGA RATLLADA

12

LLUÇ AL FORN AMB XAMPINYONS  
SALTEJATS

13

POLLASTRE A L'AMERICANA AMB  
ENCIAM I TOMÀQUET

14

TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM I BLAT  
DE MORO

17

MONGETES BLANQUES SALTEJADES  
AMB PATATA I BACON

18

FRUITA DE TEMPORADA

19

FRUITA DE TEMPORADA

20

FRUITA DE TEMPORADA

21

FRUITA DE TEMPORADA

24

MONGETA VERDA BULLIDA AMB  
PATATA I OLI D'OLIVA

25

FRUITA DE TEMPORADA

26

FRUITA DE TEMPORADA

27

FRUITA DE TEMPORADA

28

FRUITA DE TEMPORADA

31

MACARRONS AMB BOLONYESA DE  
LEGUMBRETA  
ESTOFAT DE PORC A LA MALLORQUINA

FRUITA DE TEMPORADA

FILET DE PORC AL FORN AMB SALSÀ DE  
TOMÀQUET I GUARNICIÓ D'ARRÒS  
SALTEJAT

FRUITA DE TEMPORADA

FILET DE POLLASTRE ARREBOSSAT AMB  
ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA

HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA  
PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA

ABADEJO AL FORN AMB PATATA  
PANADERA I PEBROT VERMELL

IOGURT

FRUITA DE TEMPORADA

CREMA DE BRÒQUIL AMB CROSTONS DE  
PA

SOPA D'AU AMB PASTA

ARRÒS AMB XAMPINYONS, ALL I  
JULIVERT

CROQUETES DE PERNIL AMB ENCIAM I  
BROTS DE SOJA

FRUITA DE TEMPORADA

TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA  
D'ENCIAM I COGOMBRE

FRUITA DE TEMPORADA

POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM I  
TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

SALMÓ A LA LLIMONA AMB GUARNICIÓ  
D'ENCIAM I BLAT DE MORO

IOGURT

SOPA D'AU AMB FIDEUS

ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET

CIGRONS AMB BOLONYESA DE  
VERDURES

CREMA DE COLIFLOR AMB OLI DE  
SOBRASSADA

FILET DE PORC AL FORN AMB BRESA

FRUITA DE TEMPORADA

FILET DE LLUÇ AMB FINES HERBES AMB  
ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

CALAMARS A LA ROMANA AMB  
LLIMONA AMB ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DE TEMPORADA

TRUITA DE PATATA AMB FULLES  
D'ENCIAM I COGOMBRE

IOGURT

aprende  
acomer  
sano.org



FISH  
REVOLUTION



GUARDIANS  
DE LA SALUT



Grow  
FOOD  
BANKS