

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

AMANIDA DE PASTA (amb blat de moro, pastanaga i olives)

FILET DE PORC AMB SALSÀ BARBACOA, ENCIAM I OLIVES NEGRES

FRUITA DE TEMPORADA

7

TRICOLOR DE MONGETA VERDA, PATATA I PASTANAGA BULLIT AMB OLI D'OLIVA

POLLASTRE AL FORN AMB SAMFAINA DE VERDURES

FRUITA DE TEMPORADA

14

CREMA SUAU DE COLIFLOR I PATATA

TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA

21

ARRÒS A LA CARBASSA

TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DE TEMPORADA

28

ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET

LLUÇ AL FORN AMB PATATA PANADERA I PEBROT VERD

FRUITA DE TEMPORADA

8

SOPA DE BROU AMB PASTA

ABADEJO AL FORN AMB HERBES I LLIMONA AMB PATATA PANADERA I PEBROT VERMELL

FRUITA DE TEMPORADA

15

ESPAGUETIS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET

ESTOFAT DE PORC AGREDOLÇ AMB ENCIAM I BROTS DE SOJA

FRUITA DE TEMPORADA

22

CREMA DE VERDURES

ESPAGUETIS AMB BOLONYESA DE LEGUMBRETA

FRUITA DE TEMPORADA

29

ENSALADILLA RUSSA AMB TONYINA I MAIONESA

TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA

2

MONGETA VERDA AMB PATATA BULLIDA AMB OLI D'OLIVA

CONTRACUIXA DE POLLASTRE AL FORN AMB BRESA

FRUITA DE TEMPORADA

9

ARRÒS AMB XAMPINYONS, ALL I JULIVERT

CROQUETES D'AU AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA

FRUITA DE TEMPORADA

16

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA I OLI D'OLIVA

POLLASTRE A L'AMERICANA AMB ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

23

MONGETES BLANQUES BULLIDES AMB PATATA

HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA

30

MACARRONS AMB PESTO

POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

3

LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (ceba i tomàquet)

TRUITA DE PATATA AMB FULLES D'ENCIAM I COGOMBRE

FRUITA DE TEMPORADA

10

CREMA DE CARBASSA

FIDEUA MARINERA (amb daus de rap)

FRUITA DE TEMPORADA

17

MONGETES BLANQUES ESTOFADES

CRESTES DE TONYINA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA

24

AMANIDA DE PASTA AMB BLAT DE MORO, PASTANAGA I OLIVES

SALMÓ AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS

FRUITA DE TEMPORADA

31

FESTIU

4

CREMA DE CARBASSA

MACARRONS AMB BOLONYESA DE LEGUMBRETA

IOGURT

11

CIGRONS AMB BOLONYESA DE VERDURES

TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I BROTS DE SOJA

IOGURT

18

AMANIDA D'ARRÒS (blat de moro, pastanaga i olives)

LLUÇ AL FORN AMB XAMPINYONS SALTEJATS

IOGURT

25

MONGETA VERDA BULLIDA AMB PATATA I OLI D'OLIVA

FILET DE POLLASTRE ARREBOSSAT AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

IOGURT

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE LA SALUT



Grow
FOOD
BANKS