

DILLUNS

8

- Macarrons integrals amb salsa napolitana
- **Croquetes d'espínacs** amb amanida
- Fruita de temporada

DIMARTS

9

- Amanida de llenties (**sense peix**)
- Truita de patates amb amanida
- Fruita de temporada

DIMECRES

10

- Arròs tres delícies (**sense pernil**)
- **Hamburguesa de cigrons** amb verdures
- Fruita de temporada

DIJOUS

11

**DIVENDRES**

12

- Patata i mongeta verda
- **Seitan a la planxa** a les fines herbes amb amanida
- Fruita de temporada

15

- Amanida de cigrons (**sense peix**)
- **Tofu arrebossat** amb amanida
- Fruita de temporada

16

- Amanida de pasta de colors (**sense peix**)
- **Hamburguesa vegetal de coliflor i formatge** amb amanida
- Fruita de temporada

17

- Arròs amb tomàquet
- Truita de carbassó amb amanida
- Fruita de temporada

18

- Vichyssoise
- Espirals integrals amb bolonyesa vegetal
- logurt natural

19

- Minestra de verdures amb patata
- **Mandonguilles vegetals** amb xampinyons
- Fruita de temporada

22

- Macarrons integrals al pesto
- Truita a la francesa amb hummus i bastonets de pastanaga
- Fruita de temporada

23

- Bròquil amb formatge gratinat
- Llenties amb arròs
- Fruita de temporada

24

- Amanida russa (**sense tonyina**)
- **Hamburguesa de cigrons** amb llimona i amanida
- Fruita de temporada

25

- **Amanida d'arròs (sense peix)**
- **Mongetes blanques saltades amb all i julivert**
- logurt natural

26

- Crema de pastanaga
- **Tofu arrebossat** amb amanida
- Fruita de temporada

29

- Arròs a la cassola (**sense carn**)
- Hamburguesa vegetal amb amanida
- Fruita de temporada

30

- Cigrons estofats amb hortalisses
- Ous durs amb salsa de tomàquet i formatge gratinat
- Fruita de temporada

S'utilitzarà oli d'oliva verge per amanir i sal iodada per cuinar.

S'oferirà fruita de temporada: poma, plàtan, síndria, meló, nectarines, paraguaià, préssec...

Comencem un nou curs escolar i volem donar-vos la benvinguda a l'espai migdia, on ens alimentarem amb menús saludables mitjançant productes de temporada i de qualitat.

Junts descobrirem receptes noves i seguirem aprenent a compartir, respectar els torns i a cuidar l'espai.

Us desitgem un curs ple d'energia, il·lusió i bons moments!

