

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1

FESTIU

8

ARRÒS AMB SALSÀ DE TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA I CEBÀ AMB ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DE TEMPORADA

15

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA

22

ARRÒS A LA CARBASSA

SALMÓ AL FORN AMB FINES HERBES I LIMONA AMB GUARNICIÓ D'ENCIAM I PASTANAGA RATLLADA

FRUITA DE TEMPORADA

29

CIGRONS ESTOFATS DE L'ÀVIA

CONTRACUIXA DE POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA

2

CREMA DE CARBASSÓ

PASTA AMB BOLONYESA DE LEGUMBRETA

FRUITA DE TEMPORADA

9

PATATA I MONGETA VERDA AL VAPOR AMANIT AMB OLI D'OLIVA

POLLASTRE ROSTIT EN EL SEU SUC AMB AMANIDA D'ENCIAM I PEBROT VERMELL

FRUITA DE TEMPORADA

16

CIGRONS ESTOFATS DE L'ÀVIA

TRUITA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DE TEMPORADA

23

TRINXAT DE COL AMB PATATA

LLIBRETS D'AU I FORMATGE AMB GUARNICIÓ D'ENCIAM I TOMÀQUET

ULLERES DE XOCOLATA

30

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

TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I OLIVES NEGRES

FRUITA DE TEMPORADA

3

LLENTIES GUISADES AMB VERDURES (ceba i tomàquet)

TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA

10

MACARRONS BULLITS AMB PESTO

BACALLÀ AL FORN AMB SALSÀ DE TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

17

SOPA D'AU AMB PASTA

BUTIFARRA DE PORC AL FORN AMB SAMFAINA

FRUITA DE TEMPORADA

24

SOPA DE BROU AMB PASTA

FILET D'AGULLA DE PORC AL FORN AMB BRESA

FRUITA DE TEMPORADA

4

PÈSOLS BULLITS AMB PATATA I OLI D'OLIVA

POLLASTRE A L'AMERICANA AMB ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

11

MONGETES BLANQUES BULLIDES AMB PATATA

HAMBURGUESA DE GALL DINDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES

FRUITA DE TEMPORADA

18

LLACETS AMB SALSÀ DE CARBASSA

FILET DE POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

25

MONGETA VERDA AMB PATATA BULLIDA AMB OLI D'OLIVA

POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES NEGRES

FRUITA DE TEMPORADA

5

ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA

FILET D'AGULLA DE PORC A L'ALLET AMB FULLES D'ENCIAM I BROTS DE SOJA

IOGURT COOPERATIVA D'OLOT

12

CREMA DE CARBASSÓ (PATATA, CEBÀ I CARBASSÓ)

CRESTES DE TONYINA AMB AMANIDA D'ENCIAM I COGOMBRE

IOGURT

19

ARRÒS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET

ABADEJO AL FORN AMB PATATA PANADERA I PEBROT VERD

IOGURT

26

CASSOLA DE LLENTIES ESTOFADES

TRUITA DE PATATA AMB FULLES D'ENCIAM I COGOMBRE

IOGURT

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE LA SALUT



Grow
FOOD
BANKS