

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

2

MONGETA VERDA BULLIDA AMB PATATA I OLI D'OLIVA

CONTRACUIXA DE POLLASTRE A LA TARONJA AMB COUS COUS

FRUITA DE TEMPORADA

9

FESTIU

16

CREMA DE CARBASSÓ

BUNYOLS DE BACALLÀ AMB ENCIAM I COGOMBRE

FRUITA DE TEMPORADA

3

AMANIDA DE PASTA AMB BLAT DE MORO, PASTANAGA I OLIVES AMB MAIONESA

BUTIFARRA DE PORC AL FORN AMB BOLETS I PATATA

FRUITA DE TEMPORADA

10

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES (patata, ceba i tomàquet)

ABADEJO AL FORN AMB HERBES AMB PATATA PANADERA I PEBROT VERD

FRUITA DE TEMPORADA

17

ENSALADILLA RUSSA AMB MAIONESA

ESTOFAT DE PORC AMB SALTEJAT DE BOLETS

FRUITA DE TEMPORADA

4

ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET

FILET DE LLUÇ AMB FINES HERBES AMB ENCIAM I TOMÀQUET

FRUITA DE TEMPORADA

11

ARRÒS AMB XAMPINYONS

HAMBURGUESA DE GALL DINDI AMB ENCIAM I COGOMBRE

FRUITA DE TEMPORADA

18

AMANIDA D'ARRÒS AMB TONYINA I OUDUR AMB MAIONESA

LLUÇ AL FORN AMB PATATA PANADERA

FRUITA DE TEMPORADA

5

CIGRONS AMB BOLONYESA DE VERDURES

CROQUETES DE BACALLÀ AMB ENCIAM I PASTANAGA

FRUITA DE TEMPORADA

12

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

POLLASTRE A LA PROVENÇAL AMB SAMFAINA DE VERDURES

FRUITA DE TEMPORADA

19

ESTOFAT DE MONGETA BLANCA

TRUITA DE PATATA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO

FRUITA DE TEMPORADA

6

CREMA DE COUFLOR AMB OLI DE SOBRASSADA

TRUITA DE PATATA AMB FULLES D'ENCIAM I COGOMBRE

IOGURT

13

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET

IOGURT

20

FI DE CURS

ESPIRALS AMB SALSA DE TOMÀQUET I FORMATGE RATLLAT

POLLASTRE A L'AMERICANA AMB ENCIAM I TOMÀQUET

IOGURT

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANS
DE SALUT



Grow
FOOD
BANKS