



MENÚ - NO LLEGUMS

DESEMBRE 2025

DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
Saltat de quinoa amb moniato i sofregit	Minestra de verdures (patata, espinacs i pastanaga)	Espaguetis integrals amb salsa de pesto	Arròs integral tres delícies (pastanaga, pebrots i carbassó)	Sopa de peix amb pasta
Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité		Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
Peix al forn amb picada d'all i julivert	Estofat de porc amb verdures	Ous durs amb enciam i crudités	Seità amb salsa de tomàquet	Pollastre al forn amb mel i romaní
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
FESTIU	Crema de carbassa	Arròs integral amb salsa de verdures escalivades (ceba, pebrots, porros i pastanaga)	Estofat de patates amb verduretes	Lasanya de verdures
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Truita de patates	Hamburguesa mixte (vedella i porc) amb tomàquet provençal	Pollastre a la planxa	Peix al forn picada d'all i julivert
	logurt natural ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Mongeta tendra, pastanaga i patata	Crema de porros i coliflor	Espaguetis integrals amb tomàquet fregit	Arròs amb salsa marinera de calamars	Sopa de NADAL amb galets
Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité		Enciams variats + crudité
Llom saltat amb bròquil, all i julivert	Estofat d'au a la jardineria	Pollastre a la planxa	Ous durs amb enciam i crudités	Pernilets de pollastre amb salsa catalana
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada	logurt ECO + toppings

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada (enciam, blat de moro, pastanaga, tomàquet, lombarada, olives...). Es potenciaran el consum de fruites fresques, variada i de temporada. Es potenciarà en consum de farinacis integrals com: pa, pasta, arròs, cereals...