



MENÚ SETEMBRE 2026

BASAL

		DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
		Llenties estofades amb sofregit Enciams variats + crudité Trita de patates Fruita de temporada	Arròs amb salsa de verdures escalivades (ceba, pebrots, porros i pastanaga) Enciams variats + crudité Guisat de cigrons enromescats iogurt natural ECO	FESTA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
Saltat de pèsols i pernil Enciams variats + crudité Bunyols de lluç amb maionesa d'encurtits Fruita de temporada	Minestra de verdures (patata, espinacs i pastanaga) Enciams variats + crudité Cigrons amb tomàquet Fruita de temporada	Espaguetis integrals amb salsa de pesto Ous durs amb enciams variats, crudités i vinagreta Fruita de temporada	Crema de carbassó amb crostons de pa Enciams variats + crudité Arròs tres delícies (pastanaga, pebrots i pèsols) iogurt natural ECO	Sopa de peix amb pasta Enciams variats + crudité Pollastre al forn amb mel i romaní Fruita de temporada
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
Verdura al vapor (mongeta perona, patata i pastanaga) Enciams variats + crudité Llenties estofades amb sofregit Fruita de temporada	Sopa freda de tomàquet i alfàbrega amb mozzarella i crostons de pa Enciams variats + crudité Trita de patates gratinada Fruita de temporada	Arròs amb salsa de verdures escalivades (ceba, pebrots, porros i pastanaga) Enciams variats + crudité Botifarra amb seques (all i oli) Fruita de temporada	FESTA	Macarrons integrals amb salsa carbonara Enciams variats + crudité Salmó al forn sobre llit de patates Fruita de temporada
DILLUNS 29	DIMARTS 30	DIMECRES 31		
Espaguetis integrals amb tomàquet fregit Enciams variats + crudité Croquetes de llegums i verdures amb salsa de iogurt i menta Fruita de temporada	Crema de verdures Enciams variats + crudité Pernilets de pollastre a l'ast amb patates al caliu Fruita de temporada	Verdura al vapor (patata, pèsols i pastanaga) Enciams variats + crudité Estofat de mongetes blanques amb moniato iogurt natural ECO		

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