

BERENAR al DEMATÍ

FRUITA TALLADA

BERENAR a l'HORABAIXA

PA integral AMB TOMÀTIGA (1,3,6,7,8,11,13)	FRUITA	PA integral AMB PERNIL (1,3,6,7,8,11,13)	FRUITA	PA integral AMB FORMATGE (1,3,6,7,8,11,13)
2	3	4	5	6
ENSALADA DE LLETUGA I BLAT DE LES ÍNDIES	CREMA DE CARABASSÍ	DAUS DE TOMÀTIGA TREMPADA	LLETUGA I PASTANAGA RATLLADA	
ESPIRALS INTEGRALS AMB PISTO DE VERDURES I LLENTIES (all, ceba, pebre vermell, carabassí, tomàtiga, aromàtiques) (1,3)	GALLINETA AL FORN AMB VERDURES (ceba, pastanaga, tomàtiga, pèsols) I PATATA PANADERA (4)	ARRÒS 3 DELICIES AMB TRUITA A LA FRANCESA (pèsols, pastanaga, pebre vermell, mongeta tendre) (3,9)	CUINAT DE CIURONS AMB VERDURES (all, aromàtiques, ceba, tomàtiga, pastanaga, mongeta tendre) I ARRÒS INTEGRAL (9)	Festivo
FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb ceba, tomàtiga i patata / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i cuinat de ciurons amb verdures / Fruita	IOGURT NATURAL (7) Suggeriment de sopar: Hamburguesa casolana amb xampinyons i pa / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Quínoa amb tomàtiga i truita a la francesa / Fruita	
9	10	11	12	13
LLETUGA I PASTANAGA RATLLADA	ENSALADA DE LLETUGA I PEBRE VERMELL	CREMA DE VERDURES	DAUS DE TOMÀTIGA TREMPADA	
MACARRONS INTEGRALS AMB SALS DE TONYINA (ceba, pebre vermell, tomàtiga triturada, tonyina en conserva d'oli d'oliva, aromàtiques) (1,3,4)	ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (ceba, pastanaga, xampinyons, aromàtiques) I INDIOT	TRUITA DE PATATA BULLIDA I CARABASSÍ SALTAT (3)	LLENTIES MELOSES AMB ARRÒS INTEGRAL I VERDURES (all, aromàtiques, ceba, tomàtiga, pastanaga, mongeta tendre) (1,9)	LLUÇ AL FORN AMB VERDURES A LA MALLORQUINA (all, bledes picades, julivert picat, ceba tendra picada, tomàtiga, aromàtiques) (4)
FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Cuscús saltat amb pebres i soia texturitzada / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Lluç amb salsa de verdures, tomàtiga i patata panadera / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Pollastre amb llimona, xampinyons i patata / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Remanat d'ou amb tomàtiga i patata rostida / Fruita	IOGURT NATURAL (7) Suggeriment de sopar: Falàfel de ciurons i saltat de daus de carabassí / Fruita
16	17	18	19	20
LLETUGA TROSSEJADA I BLAT DE LES ÍNDIES	DAUS DE TOMÀTIGA TREMPADA	CREMA DE LLENTIES (1)	ENSALADA DE PASTANAGA RATLLADA	
ARRÒS INTEGRAL AMB SALS DE TOMÀTIGA I TRUITA (all, ceba, pebre vermell, pebre verd, pastanaga, tomàtiga triturada, aromàtiques) (3)	ESTOFAT DE VEDELLA AMB PATATA I VERDURES (all, ceba, tomàtiga, llorer, pastanaga, pèsols, brou)	LOMO DE BACALAO CON CEBOLLA, TOMATE Y PATATA PANADERA (2,4,14)	CUIXETA DE POLLASTRE ROSTIDA AMB CEBA, POMA I PATATA (llimona, aromàtiques)	MACARRONS INTEGRALS A LA BOLONYESA DE MONGETES BLANQUES (ceba, pebre vermell, pebre verd, pastanaga, tomàtiga triturada, aromàtiques) (1,3)
FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Espinacas salteadas amb quínoa y lenguado enharinado / Fruita	IOGURT NATURAL (7) Suggeriment de sopar: Ensalada i cuinat de ciurons amb verdures / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ou bullit amb ensalada de patata i verdures / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Ensalada i tacos de salmó amb salsa d'anet i arròs / Fruita	FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Pastís de verdures amb salsa i pa / Fruita
23				
ENSALADA DE PASTANAGA RATLLADA				
GREIXERA D'OUS AMB PATATA I VERDURES (ceba, tomàtiga, pèsols, mongetes tendres i ou bullit) (3)				
FRUITA DE TEMPORADA Suggeriment de sopar: Daus de carabassí saltat amb arròs i bacallà amb tomàtiga / Fruita				

Al·lèrgens de declaració obligatòria

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscs