

	Dimarts 1	Dimecres 2 Arròs amb verdures	Dijous 3 Bledes i patata	Divendres 4 Brou d'au i verdures amb pasta
	FESTIU	Croquetes de bacallà	Pollastre al forn amb enciam i pastanaga	Botifarra de porc amb enciam, tomàquet i formatge fresc
		Fruita natural	logurt natural	Fruita natural
Dilluns 7 Espaguetis a la Bolonyesa (amb carn ECOLÒGICA)	Dimarts 8 Coliflor i patata	Dimecres 9 Arròs a la milanesa	Dijous 10 Gaspatxo amb rostes de pa	Divendres 11 Amanida russa
Lluç al forn amb ceba i tomàquet	Mandonguilles de vedella amb suquet i cuscús	Pollastre arrebossat a la mostassa amb enciam i pastanaga	Llenties estofades amb arròs	Ous durs amb llit de tomàquet i gratinats
Fruita natural	Fruita natural	Fruita natural	logurt natural	Fruita natural
Dilluns 14 Arròs integral amb tomàquet	Dimarts 15 Cigrons estofats	Dimecres 16 Mongeta verda, patata i pastanaga	Dijous 17 Macarrons amb salsa de porros i bolets	Divendres 18 Amanida de patata (olives tomàquet i pastanaga)
Bunyols de bacallà amb pastanaga ratllada	Truita de patata i ceba amb enciam i olives	Sonso a l'andalusa amb enciam i tomàquet	Hamburguesa de vedella amb enciam i remolatxa	Pollastre al forn amb poma
Fruita natural	Flam	Fruita natural	Fruita natural	Fruita natural
Dilluns 21 Espaguetis amb tomàquet i formatge	Dimarts 22 Amanida de llenties (tonyina, tomàquet i pastanaga)	Dimecres 23 Col i patata	Dijous 24 Arròs tres delícies (pèsol, truita, pernil dolç)	Divendres 25 Crema de verdures
Bacallà a la mel	Truita de carbassó, patata i ceba	Estofat de vedella amb cuscús	Daus de gall dindi arrebossat amb enciam i tomàquet	Canelons de carn
Fruita natural	logurt natural	Fruita natural	Fruita natural	Fruita natural
Dilluns 28 Llenties estofades	Dimarts 29 Amanida de pasta (tomàquet, formatge i pastanaga)	Dimarts 30 Bledes i patata	Dimarts 31 Arròs amb tomàquet	
Ous durs amb tonyina i llit de tomàquet	Rodó de gall dindi al forn amb verdures	Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives	Salsitxes de porc al forn amb enciam i remolatxa	
logurt natural	Fruita natural	Fruita natural	Fruita natural	

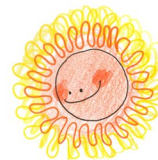
Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- Els llegums, pasta, farina, patata, ceba, nap, pastanaga, arròs, carbassa, enciam, fruita seca, oli d'oliva verge, compotes i la majoria de fruita són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.



Amb el suport de:



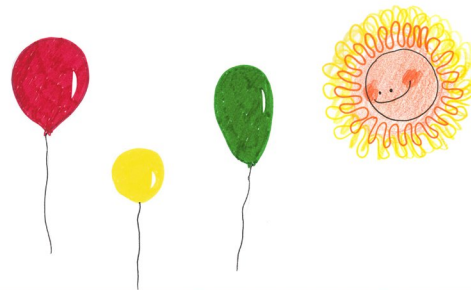


	Dimarts 1 FESTIU	Dimecres 2 Arròs amb verdures Bacallà al forn amb ceba i tomàquet Fruita natural	Dijous 3 Bledes i patata Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita natural/logurt de soja	Divendres 4 Brou d'au i verdures amb pasta Botifarra de porc amb enciam i tomàquet Fruita natural
Dilluns 7 Espaguetis a la Bolonyesa (amb carn ECOLÒGICA) Lluç al forn amb ceba i tomàquet Fruita natural	Dimarts 8 Coliflor i patata Mandonguilles de vedella amb suquet i cuscús Fruita natural	Dimecres 9 Arròs amb pèsols i pernil cuit Pollastre arrebossat a la mostassa amb enciam i pastanaga Fruita natural	Dijous 10 Gaspatxo amb rostes de pa Llenties estofades amb arròs Fruita natural/logurt de soja	Divendres 11 Amanida russa Ous durs amb llit de tomàquet Fruita natural
Dilluns 14 Arròs integral amb tomàquet Caella arrebossada amb pastanaga ratllada Fruita natural	Dimarts 15 Cigrons estofats Truita de patata i ceba amb enciam i olives Fruita natural/logurt de soja	Dimecres 16 Mongeta verda, patata i pastanaga Sonso a l'andalusa amb enciam i tomàquet Fruita natural	Dijous 17 Macarrons amb salsa de porros i bolets Hamburguesa de vedella amb enciam i remolatxa Fruita natural	Divendres 18 Amanida de patata (olives, tomàquet i pastanaga) Pollastre al forn amb poma Fruita natural
Dilluns 21 Espaguetis amb tomàquet Bacallà a la mel Fruita natural	Dimarts 22 Amanida de llenties (tonyina, tomàquet i pastanaga) Truita de carbassó, patata i ceba Fruita natural/logurt de soja	Dimecres 23 Col i patata Estofat de vedella amb cuscús Fruita natural	Dijous 24 Arròs tres delícies (pèsol, truita, pernil dolç) Daus de gall dindi arrebossat amb enciam i tomàquet Fruita natural	Divendres 25 Crema de verdures Llom a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita natural
Dilluns 28 Llenties estofades Ous durs amb tonyina i llit de tomàquet Fruita natural/logurt de soja	Dimarts 29 Amanida de pasta (tomàquet, tonyina i pastanaga) Gall dindi al forn amb verdures Fruita natural	Dimarts 30 Bledes i patata Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives Fruita natural	Dimarts 31 Arròs amb tomàquet Salsitxes de porc al forn amb enciam i remolatxa Fruita natural	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- Els llegums, pasta, farina, patata, ceba, nap, pastanaga, arròs, carbassa, enciam, fruita seca, oli d'oliva verge, compotes i la majoria de fruita són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.





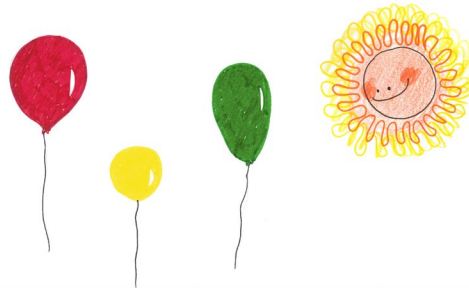
	Dimarts 1 FESTIU	Dimecres 2 Arròs amb verdures Croquetes de bacallà Fruita natural	Dijous 3 Bledes i patata Seitan al forn amb enciam i pastanaga Iogurt natural	Divendres 4 Brou de verdures amb pasta Salsitxes vegetals amb enciam, tomàquet i formatge fresc Fruita natural
Dilluns 7 Espaguetis amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb ceba i tomàquet Fruita natural	Dimarts 8 Coliflor i patata Seitan amb suquet i cuscús Fruita natural	Dimecres 9 Arròs amb verdures Tofu arrebossat amb mostassa amb enciam i pastanaga Fruita natural	Dijous 10 Gaspaxo amb rostes de pa Llenties estofades amb arròs Iogurt natural	Divendres 11 Amanida russa Ous durs amb llet de tomàquet i gratinats Fruita natural
Dilluns 14 Arròs integral amb tomàquet Bunyols de bacallà amb pastanaga ratllada Fruita natural	Dimarts 15 Cigrons estofats Truita de patata i ceba amb enciam i olives Flam	Dimecres 16 Mongeta verda, patata i pastanaga Sonso a l'andalusa amb enciam i tomàquet Fruita natural	Dijous 17 Macarrons amb salsa de porros i bolets Hamburguesa vegetal amb enciam i remolatxa Fruita natural	Divendres 18 Amanida de patata (olives, tomàquet i pastanaga) Tofu al forn amb poma Fruita natural
Dilluns 21 Espaguetis amb tomàquet i formatge Bacallà a la mel Fruita natural	Dimarts 22 Amanida de llenties (tonyina, tomàquet i pastanaga) Truita de carbassó, patata i ceba Iogurt natural	Dimecres 23 Col i patata Estofat de seitan amb cuscús Fruita natural	Dijous 24 Arròs tres delícies (pèsol, truita, pastanaga) Tofu arrebossat amb enciam i tomàquet Fruita natural	Divendres 25 Crema de verdures Canelons d'espinacs Fruita natural
Dilluns 28 Llenties estofades Ous durs amb tonyina i llet de tomàquet Iogurt natural	Dimarts 29 Amanida de pasta (tomàquet, formatge i pastanaga) Seitan al forn amb verdures Fruita natural	Dimarts 30 Bledes i patata Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives Fruita natural	Dimarts 31 Arròs amb tomàquet Salsitxes vegetals al forn amb enciam i remolatxa Fruita natural	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- Els llegums, pasta, farina, patata, ceba, nap, pastanaga, arròs, carbassa, enciam, fruita seca, oli d'oliva verge, compotes i la majoria de fruita són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.



Amb el suport de:
 Intervida

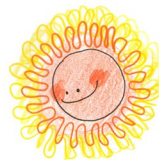


	Dimarts 1 FESTIU	Dimecres 2 Arròs amb verdures Croquetes d'espínacs Fruita natural	Dijous 3 Bledes i patata Seitan al forn amb enciam i pastanaga Iogurt natural	Divendres 4 Brou de verdures amb pasta Salsitxes vegetals amb enciam, tomàquet i formatge fresc Fruita natural
Dilluns 7 Espaguetis amb tomàquet Hamburguesa vegetal amb ceba i tomàquet Fruita natural	Dimarts 8 Coliflor i patata Seitan amb suquet i cuscús Fruita natural	Dimecres 9 Arròs amb verdures Tofu arrebossat a la mostassa amb enciam i pastanaga Fruita natural	Dijous 10 Gaspatxo amb rostes de pa Llenties estofades amb arròs Iogurt natural	Divendres 11 Amanida russa Ous durs amb llet de tomàquet i gratinats Fruita natural
Dilluns 14 Arròs integral amb tomàquet Tofu arrebossat amb pastanaga ratllada Fruita natural	Dimarts 15 Cigrons estofats Truita de patata i ceba amb enciam i olives Flam	Dimecres 16 Mongeta verda, patata i pastanaga Seitan arrebossat amb enciam i tomàquet Fruita natural	Dijous 17 Macarrons amb salsa de porros i bolets Hamburguesa vegetal amb enciam i remolatxa Fruita natural	Divendres 18 Amanida de patata (olives, tomàquet i pastanaga) Tofu al forn amb poma Fruita natural
Dilluns 21 Espaguetis amb tomàquet i formatge Hamburguesa vegetal al forn amb verdures Fruita natural	Dimarts 22 Amanida de Llenties (olives, tomàquet i pastanaga) Truita de carbassó, patata i ceba Iogurt natural	Dimecres 23 Col i patata Estofat de seitan amb cuscús Fruita natural	Dijous 24 Arròs tres delícies (pèsol, truita, i pastanaga) Tofu arrebossat amb enciam i tomàquet Fruita natural	Divendres 25 Crema de verdures Canelons d'espínacs Fruita natural
Dilluns 28 Llenties estofades Ous durs amb llet de tomàquet Iogurt natural	Dimarts 29 Amanida de pasta (tomàquet, formatge i pastanaga) Seitan al forn amb verdures Fruita natural	Dimarts 30 Bledes i patata Tofu arrebossat amb enciam i olives Fruita natural	Dimarts 31 Arròs amb tomàquet Salsitxes vegetals al forn amb enciam i remolatxa Fruita natural	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- Els llegums, pasta, farina, patata, ceba, nap, pastanaga, arròs, carbassa, enciam, fruita seca, oli d'oliva verge, compotes i la majoria de fruita són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.





	Dimarts 1 FESTIU	Dimecres 2 Arròs amb verdures Croquetes de bacallà Fruita natural	Dijous 3 Bledes i patata Pollastre al forn amb enciam i pastanaga Iogurt natural	Divendres 4 Brou d'au i verdures amb pasta Salsitxes de vedella amb enciam, tomàquet i formatge fresc Fruita natural
Dilluns 7 Espaguetis a la Bolonyesa (amb carn ECOLÒGICA) Lluç al forn amb ceba i tomàquet Fruita natural	Dimarts 8 Coliflor i patata Mandonguilles de vedella amb suquet i cuscús Fruita natural	Dimecres 9 Arròs amb verdures Pollastre arrebossat a la mostassa amb enciam i pastanaga Fruita natural	Dijous 10 Gaspatxo amb rostes de pa Llenties estofades amb arròs Iogurt natural	Divendres 11 Amanida russa Ous durs amb llit de tomàquet i gratinats Fruita natural
Dilluns 14 Arròs integral amb tomàquet Bunyols de bacallà amb pastanaga ratllada Fruita natural	Dimarts 15 Cigrons estofats Truita de patata i ceba amb enciam i olives Flam	Dimecres 16 Mongeta verda, patata i pastanaga Sonso a l'andalusa amb enciam i tomàquet Fruita natural	Dijous 17 Macarrons amb salsa de porros i bolets Hamburguesa de vedella amb enciam i remolatxa Fruita natural	Divendres 18 Amanida de patata (olives tomàquet i pastanaga) Pollastre al forn amb poma Fruita natural
Dilluns 21 Espaguetis amb tomàquet i formatge Bacallà a la mel Fruita natural	Dimarts 22 Amanida de llenties (tonyina, tomàquet i pastanaga) Truita de carbassó, patata i ceba Iogurt natural	Dimecres 23 Col i patata Estofat de vedella amb cuscús Fruita natural	Dijous 24 Arròs tres delícies (pèsol, truita, gall dindi) Daus de gall dindi arrebossat amb enciam i tomàquet Fruita natural	Divendres 25 Crema de verdures Canelons d'espinacs Fruita natural
Dilluns 28 Llenties estofades Ous durs amb tonyina i llit de tomàquet Iogurt natural	Dimarts 29 Amanida de pasta (tomàquet, formatge i pastanaga) Gall dindi al forn amb verdures Fruita natural	Dimarts 30 Bledes i patata Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives Fruita natural	Dimarts 31 Arròs amb tomàquet Salsitxes de vedella al forn amb enciam i remolatxa Fruita natural	

Perquè creiem en la sostenibilitat social, ambiental i alimentària:

- Els llegums, pasta, farina, patata, ceba, nap, pastanaga, arròs, carbassa, enciam, fruita seca, oli d'oliva verge, compotes i la majoria de fruita són ECOLÒGICS.
- La pasta, el sucre integral i la pinya són de COMERÇ JUST.
- Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
- Oferim sucre integral de canya amb els iogurts naturals.

