

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5

Risoto de bolets
Llibrets arrebossats
amb amanida
logurt
La Fageda sense sucre

6

Patata i verdura de
temporada ecològic
Pasta fagioli
Fruita de proximitat

7

Llenties estofades
amb arròs
Daus de gall d'indi
rostits
Fruita de proximitat

1

Crema de bròquil amb
allets ecològics
Daus de vedella de
proximitat amb pèsols
Fruita de proximitat

2

Espirals de colors amb
salsa pesto
Rap al forn amb ceba i
tomàquet amanida
Fruita de proximitat

12

FESTIU

13

Trinxat de col i patata
ecològica
¼ de pollastre de
proximitat amb salsa de
ceba i ametlles
logurt
La Fageda sense sucre

14

Espaguetis integrals
amb ceba i tomàquet
Rodanxa de lluç amb
pastanaga ecològica i
amanida
Fruita de proximitat

15

Arròs amb ceba i
bolets
Trita de carbassó
amb amanida
Fruita de proximitat

16

Crema de coliflor
ecològica amb patata i
ceba
Cigrons amb espinacs
ecològics
Fruita de proximitat

19

Macarrons integrals
amb salsa de xampinyó de
proximitat
Salsitxes rostides al forn
amb ceba i tomàquet
logurt La Fageda sense sucre

20

Sopa de verdures
ecològiques amb pistons
Lluç al forn tomàquet i
ceba amanida
Fruita de proximitat

21

Paella amb calamars
Trita a la francesa
amb amanida
Fruita de proximitat

22

Cigrons amb ceba i
carbassa ecològica
Pollastre arrebossat
amb amanida
Fruita de proximitat

23

Crema de bròquil
ecològic amb allets
Llenties amb arròs
integral
Fruita de proximitat

26

Pastís de verdures
ecològiques amb polenta
Conill al forn amb
pastanaga
Fruita de proximitat

27

Amanida de brots de
colors amb remolatxa
Cigrons estofats amb
ceba i tomàquet
logurt
La Fageda sense sucre

28

Fideus a la cassola
amb salsitxes
Lluç al forn amb salsa
de julivert amanida
Fruita de proximitat

29

Arròs tres delícies
Pollastre al forn amb
amanida
Fruita de proximitat

30

Minestra de verdures
Bacallà refrigerat amb
samfaina ecològica
Fruita de proximitat

Verdures ecològiques: pastanaga, porro, patata, ceba, col, bròquil, coliflor, carxofa, espinacs, bledes.
L'acompanyament d'amanides i verdures depenen de la temporada.
El peix sempre s'acompanya amb amanida.
El pèsol és congelat (producte de Navarra).

Pa integral.
Pasta integral (macarrons, fideus, espaguetis)
Productes de proximitat (pollastre, vedella, conill)
Fruita de proximitat (poma, pera i taronja)

Coordinació del servei: 644 827 309 (Joana)

Horari d'atenció: de 9 a 10h

Administració (inscripcions, rebuts o devolucions):

93 357 35 19 / 651 181 244 (Mònica / de 10 a 16h)

menjadors@viudinamic.org

Tenim a la disposició dels consumidors/es i de l'autoritat sanitària el llistat dels al·lèrgens dels plats d'aquest menú mensual. En cas necessari recordeu informar i omplir el document de sol·licitud d'al·lèrgies i intoleràncies (el podeu sol·licitar a menjadors@viudinamic.org).

si dimem...	podem sopar...
Llegums o fècules	Verdures cuites hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5

Risotto de bolets
Salmó al forn
Iogurt
La Fageda sense sucre

6

Patata i verdura de temporada ecològica
Pasta fagioli
Fruita de proximitat

7

Llenties estofades amb arròs
Daus de gall d'indi rostit
Fruita de proximitat

1

Crema de bròquil amb allels ecològics
Daus de vedella de proximitat amb pèsols
Fruita de proximitat

2

Espirals de colors amb salsa pesto
Rap al forn amb ceba i tomàquet amanida
Fruita de proximitat

12

FESTIU

13

Trinxat de col i patata ecològica
¼ de pollastre rostit
Iogurt
La Fageda sense sucre

14

Espaguetis integrals amb ceba i tomàquet
Rodanxa de lluç amb pastanaga ecològica i amanida
Fruita de proximitat

15

Arròs amb ceba i bolets
Trita de carbassó amb amanida
Fruita de proximitat

16

Crema de coliflor ecològica amb patata i ceba
Cigrons amb espinacs ecològics
Fruita de proximitat

19

Macarrons integrals amb salsa de xampinyó de proximitat
Gall d'indi rostit
Fruita de proximitat

20

Sopa de verdures ecològiques amb pistons
Lluç al forn amb tomàquet, ceba i amanida
Fruita de proximitat

21

Paella amb calamars
Trita a la francesa amb amanida
Fruita de proximitat

22

Cigrons amb ceba i carbassa ecològica
Rap al forn amb tomàquet i ceba
Fruita de proximitat

23

Crema de bròquil ecològica amb allels
Llenties amb arròs integral
Fruita de proximitat

26

Pastís de verdures ecològiques amb polenta
Conill al forn amb pastanaga
Fruita de proximitat

27

Amanida de brots de colors amb remolatxa
Cigrons estofats amb ceba i tomàquet
Iogurt
La Fageda sense sucre

28

Fideus a la cassola amb verdures
Lluç al forn amb salsa de julivert amanida
Fruita de proximitat

29

Arròs tres delícies
Pollastre al forn
Fruita de proximitat

30

Minestra de verdures
Bacallà refrigerat amb samfaina ecològica
Fruita de proximitat

Verdures ecològiques: pastanaga, porro, patata, ceba, col, bròquil, coliflor, carxofa, espinacs, bledes.
L'acompanyament d'amanides i verdures depenen de la temporada.
El peix sempre s'acompanya amb amanida.
El pèsol és congelat (producte de Navarra).

Pa integral.
Pasta integral (macarrons, fideus, espaguetis)
Productes de proximitat (pollastre, vedella, conill)
Fruita de proximitat (poma, pera i taronja)

Coordinació del servei: 644 827 309 (Joana)

Horari d'atenció: de 9 a 10h

Administració (inscripcions, rebuts o devolucions):

93 357 35 19 / 651 181 244 (Mònica / de 10 a 16h)

menjadors@viudinamic.org

Tenim a la disposició dels consumidors/es i de l'autoritat sanitària el llistat dels al·lèrgens dels plats d'aquest menú mensual. En cas necessari recordeu informar i omplir el document de sol·licitud d'al·lèrgies i intoleràncies (el podeu sol·licitar a menjadors@viudinamic.org).

si dimem...	podem sopar...
Llegums o fècules	Verdures cuites hortalisses crues
Verdures	Fècules
Ous	Carn o peix
Carns	Ous o peix
Peix	Carn o ous
Fruita	Làctics o fruita
Làctics	Fruita

