

Gener

**SENSE OU + PLV + FRUITS
SECS + GLUTEN + GALL DINDI
+ LLEGUMS (sí cigrons) +
FRUITES TROPICALS (E.M.C.)**

DEL 6 AL 10 DE
GENER

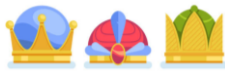
DEL 13 AL 17 DE
GENER

DEL 20 AL 24 DE
GENER

DEL 27 AL 31 DE
GENER

DILLUNS

DIA DE REIS



**ARRÒS ECO AMB
VERDURETES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
pastanaga i tomàquet)**

**POLLASTRE A LA
PLANXA amb pastanaga
ratllada**

Fruita del temps (PERMESA)

**FIDEUS (S/GLUTEN,
S/OU) A LA CASSOLA
AMB VERDURES (ceba,
pebrot, pastanaga i
tomàquet)**

***PEIX BLANC (PERMÉS)
AL FORN amb
pastanaga ratllada**

Fruita del temps
(PERMESA)

FESTIU

Comencem
un nou any
ple
d'experiències!

DIMARTS

**TORNEM
A
L'ESCOLA!**

**CIGRONS ECO
GUISADES AMB ARRÒS
(ceba, pebrot, pastanaga
i tomàquet)**

***PEIX BLANC (PERMÉS)
AL FORN amb pastanaga
ratllada**

Fruita del temps (PERMESA)

**COLIFLOR AMB
PATATA ECO**

**POLLASTRE ESTOFAT
amb tomàquet, pebrots i
ceba**

Fruita del temps
(PERMESA)

**CIGRONS ECO GUISATS
AMB VERDURES (ceba,
pebrot, pastanaga i
tomàquet)**

***PEIX BLANC (PERMÉS)
AL FORN amb pastanaga
ratllada**

Fruita del temps
(PERMESA)

Al menjador,
Bones
receptes i
sabors.

DIMECRES

**PASTA (S/GLUTEN,
S/OU) A LA
NAPOLITANA (sofregit
de tomàquet, ceba)
(S/FORMATGE)**

**POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga ratllada**

Fruita del temps (PERMESA)

**SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA (S/GLUTEN,
S/OU)**

**POLLASTRE GUISAT
amb tomàquet i ceba**

Fruita del temps
(PERMESA)

**CREMA DE BRÒQUIL
(bròquil, porro, patata)**

**VEDELLA AL FORN amb
puré de patata casolà**

Fruita del temps
(PERMESA)

**PLAT ÚNIC COMPLET
PASTA (S/GLUTEN,
S/OU) A LA BOLONYESA
DE POLLASTRE I
S/FORMATGE amb
pastanaga ratllada**

Fruita del temps
(PERMESA)

Es comprovarà que
cap ingredient conté:
**OU + PLV + FRUITS
SECS + GLUTEN +
GALL DINDI +
LLEGUMS + FRUITES
TROPICALS**
(maduixes, kiwi,
préssec, plàtan)

DIJOUS

**CIGRONS ECO
ESTOFATS AMB
VERDURETES (ceba,
pebrot, pastanaga i
tomàquet)**

**BUNYOLS DE BACALLÀ
CASOLANS (S/GLUTEN,
S/OU) amb pastanaga
ratllada**

Fruita del temps (PERMESA)

**CREMA DE VERDURES
(bròquil, coliflor, ceba i
patata)**

***PEIX BLANC (PERMÉS)
AL FORN AMB SALSA DE
TOMÀQUET i daus de
patata al forn**

Fruita del temps (PERMESA)

**CIGRONS ECO
ESTOFADES AMB
VERDURETES (ceba,
pebrot, pastanaga i
tomàquet)**

**POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga ratllada**

Fruita del temps (PERMESA)

**SOPA D'AU AMB ARRÒS
ECO**

**LLUÇ ARREBOSSAT
CASOLANS amb
pastanaga ratllada**

Fruita del temps (PERMESA)

DIVENDRES

**BRÒQUIL AMB PATATA
ECO**

**DAUS DE VEDELLA AL
FORN amb salsa de
tomàquet i ceba**

Fruita del temps
(PERMESA)

**CIGRONS ECO
ESTOFATS AMB
VERDURES I PATATA
ECO (ceba, pebrot,
pastanaga i tomàquet)**

**PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga ratllada**

Fruita del temps (PERMESA)

**ARRÒS ECO AMB
SALSA DE TOMÀQUET**

***PEIX BLANC (PERMÉS)
AL FORN amb
pastanaga ratllada**

Fruita del temps
(PERMESA)

**CREMA DE BRÒQUIL I
COLIFLOR (bròquil, porro,
coliflor i patata)**

**POLLASTRE AL FORN
amb patata al caliu**

Fruita del temps
(PERMESA)



Les fruites són de temporada i proximitat: *raïm, mandarina, taronja.*

Fruites de cooperativa social: *poma, pera.*

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: *Patata ECO, ceba, bròquil, coliflor, pastanaga ECO.*

Els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels *cigrons, arròs.*

Es serveix **Fruita del temps (PERMESA)**. Es serveix **pa SENSE GLUTEN (Shär)**

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat..

Els peixos a servir són: *lluç, bacallà, llengüadado.*



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors