



LA CUNA

SENSE PROTEÏNA DE LLET DE VACA (I.V.)

Febrer

DEL 2 AL 6 DE FEBRER

DEL 9 AL 13 DE FEBRER

DEL 16 AL 20 DE FEBRER

DEL 23 AL 27 DE FEBRER

DILLUNS

PATATES ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps

LLENTIES ECO ESTOFADES AMB MILL

TRUITA DE PATATA I CEBA amb guarnició enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps

FESTIU

ESPAGUETIS ECO A LA NAPOLITANA S/FORMATGE

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB TOMÀQUET

GALL DINDI A LA LLIMONA amb enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps

FIDEUS ECO A LA CASSOLA AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ECO A LA RIOJANA

TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURETES DE L'HORT (ceba, pebrot, carbassó, pastanaga, xampinyons i tomàquet)

POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS AL FORN amb patata al caliu

Fruita del temps

DIMECRES

MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB VERDURES

CROQUETES VEGETALS CASOLANES (S/LÀCTICS) amb enciam i olives

Fruita del temps ECO

CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ARRÒS

BACALLÀ AL FORN AMB Salsa de tomàquet i guarnició enciam i olives

Fruita del temps ECO

ARRÒS TRES COLORS (pastanaga, blat de moro, pèsols)

CONTRA CUIXA DE POLLASTRE AL FORN amb tomàquet i olives

Fruita del temps ECO

LLENTIES ECO ESTOFADES AMB VERDURES

HAMBURGUESA VEGETAL CASOLANA AL FORN (S/LÀCTICS) amb enciam i blat de moro

Fruita del temps ECO

DIJOUS

CREMA DE CARBASSA (Carbassa, pastanaga, porro i patata)

CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN amb amanida

iogurt VEGETAL

BRÒQUIL AMB PATATA

RAGOUT DE GALL DINDI AMB PASTANAGA I PÈSOLS amb guarnició d'amanida

iogurt VEGETAL

MACARRONS ECO A LA CARBONARA (Crema de llet vegetal, ceba, bacó)

LLUÇ AMB Salsa VERDA (all, julivert i pèsols) amb enciam i blat de moro

iogurt VEGETAL

MONGETA TENDRA AMB PATATA

SALSITXES DE PORC AL FORN amb salsa de tomàquet i ceba

iogurt VEGETAL

DIVENDRES

ESPAGUETIS ECO AL PESTO (Alfàbrega, oli, s/formatge)

GALL DE SANT PERE AMB SAMFAINA AL FORN

Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU AMB ARRÒS

FRICANDÓ DE VEDELLA amb xampinyons i cous cous

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA (Bròquil, Carbassó, porro, patata)

FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS CASOLANS amb enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURETES

*PEIX BLANC A LA TARONJA FORN amb llet enciam i pastanaga ratllada ECO

Fruita del temps

Es comprovarà que cap ingredient conté: PROTEÏNA DE LLET DE VACA

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: mandarina, taronja ECO, pera ECO, poma ECO, pinya, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata, pèsols, ceba, carbassa, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, col, bròquil, coliflor, xirivia, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, llenties, macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es serveix d'acompanyament pa blanc (S/LÀCTICS) i dimarts i dijous es serveix PA INTEGRAL (S/LÀCTICS).

Es serveix IOGURT VEGETAL o FRUITA DEL TEMPS. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefi, platija, Maires, Lluç, seitons.

Teno

Cuina i lleure de proximitat

@tenomenjadors @Teno_menjadors @tenomenjadors



	DEL 2 AL 6 DE FEBRER	DEL 9 AL 13 DE FEBRER	DEL 16 AL 20 DE FEBRER	DEL 23 AL 27 DE FEBRER	
DILLUNS	PATATES ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA amb amanida Fruita del temps	LLENTIES ECO ESTOFADES AMB MILL TRUITA DE PATATA I CEBA amb guarnició enciam i pastanaga ECO Fruita del temps	FESTIU	ESPAGUETIS ECO A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE TRUITA DE FORMATGE amb amanida Fruita del temps	
DIMARTS	ARRÒS AMB TOMÀQUET GALL DINDI A LA LLIMONA amb enciam i pastanaga ECO Fruita del temps	FIDEUS ECO A LA CASSOLA AMB VERDURES POLLASTRE AL FORN amb enciam i blat de moro Fruita del temps	LLENTIES ECO ESTOFADES AMB VERDURES TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA amb enciam i blat de moro Fruita del temps	ARRÒS AMB VERDURETES DE L'HORT (ceba, pebrot, carbassó, pastanaga, xampinyons i tomàquet) POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS AL FORN amb patata al caliu Fruita del temps	
DIMECRES	MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB VERDURES CROQUETES VEGETALS CASOLANES amb enciam i olives Fruita del temps ECO	CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ARRÒS BACALLÀ AL FORN AMB SALSA DE TOMÀQUET I guarnició enciam i olives Fruita del temps ECO	ARRÒS TRES COLORS (pastanaga, blat de moro, pèsols) CONTRA CUIXA DE POLLASTRE AL FORN amb tomàquet i olives Fruita del temps ECO	LLENTIES ECO ESTOFADES AMB VERDURES HAMBURGUESA VEGETAL CASOLANA AL FORN amb enciam i blat de moro Fruita del temps ECO	
DIJOUS	CREMA DE CARBASSA (Carbassa, pastanaga, porro i patata) CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN amb amanida logurt natural sense sucre	BRÒQUIL AMB PATATA RAGOUT DE GALL DINDI AMB PASTANAGA I PÈSOLS amb guarnició d'amanida logurt natural sense sucre	MACARRONS ECO A LA CARBONARA (Crema de llet vegetal, ceba) LLUÇ AMB SALSA VERDA (all, julivert i pèsols) amb enciam i blat de moro logurt natural sense sucre	MONGETA TENDRA AMB PATATA SALSITXES D'AU AL FORN amb salsa de tomàquet i ceba logurt natural sense sucre	
DIVENDRES	ESPAGUETIS ECO AL PESTO (Alfàbrega, oli, formatge) GALL DE SANT PERE AMB SAMFAINA AL FORN Fruita del temps	SOPA DE BROU D'AU AMB ARRÒS FRICANDÓ DE VEDELLA amb xampinyons i cous cous Fruita del temps	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA (Bròquil, Carbassó, porro, patata) FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS CASOLANS amb enciam i pastanaga ECO Fruita del temps	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURETES *PEIX BLANC A LA TARONJA FORN amb llet enciam i pastanaga ratllada ECO Fruita del temps	Es comprovarà que cap ingredient conté: PORC

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: mandarina, taronja ECO, pera ECO, poma ECO, pinya, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata, pèsols, ceba, carbassa, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, col, bròquil, coliflor, xirivia, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, llenties, macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es serveix d'acompanyament pa blanc i dimarts i dijous es serveix PA INTEGRAL.

Es serveix logurt natural sense sucre ECO. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefi, platja, Maires, Lluç, seitons.

@tenomenjadors @Teno_menjadors @tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure de proximitat

ou, fruits secs, civada, ordi, espelta,
sègol, blat, gluten, fruites tropicals,
kiwi, préssec, pinya, nabius,
remolatxa, pèsols, mongeta blanca,
crustacis, porc. (E.M.C.)

Febrer

DEL 2 AL 6 DE
FEBRER

DEL 9 AL 13 DE
FEBRER

DEL 16 AL 20 DE
FEBRER

DEL 23 AL 27 DE
FEBRER

DILLUNS

PATATES
ESTOFADES AMB
VERDURES (ceba,
pebrots, pastanaga i
tomàquet)
***PEIX BLANC**
(permès) **AL FORN**
amb **pastanaga**
ratllada

Fruita del temps (PERMESA)

LLENTIES ECO
ESTOFADES AMB
VERDURES
***PEIX BLANC** (permès) **AL**
FORN amb guarnició
pastanaga ratllada

Fruita del temps
(PERMESA)

FESTIU

**PASTA (S/OU,
S/GLUTEN) A LA**
NAPOLITANA AMB
FORMATGE

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

Fruita del temps
(PERMESA)

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET
GALL DINDI A LA
LLIMONA amb
pastanaga **ECO**

Fruita del temps
(PERMESA)

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

POLLASTRE AL FORN amb
tomàquet amanit

Fruita del temps
(PERMESA)

LLENTIES ECO
ESTOFADES AMB
VERDURES (ceba,
pebrots, pastanaga i
tomàquet)

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

Fruita del temps (PERMESA)

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

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS
AL FORN amb **patata** al
caliu

Fruita del temps
(PERMESA)

DIMECRES

CIGRONS ECO
GUISATS AMB
VERDURES (ceba,
pebrots, pastanaga i
tomàquet)
***PEIX BLANC**
(permès) **AL FORN**
amb tomàquet amanit

Fruita del temps
(PERMESA)

CIGRONS ECO ESTOFADES
AMB **ARRÒS** (ceba, pèbrots,
pastanaga i tomàquet)

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE **TOMÀQUET** i
guarnició **pastanaga**
ratllada

Fruita del temps
(PERMESA)

ARRÒS TRES COLORS
(pastanaga, ceba, bròquil)

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb tomàquet amanit

Fruita del temps (PERMESA)

LLENTIES ECO
ESTOFADES AMB
VERDURES (ceba,
pebrots, pastanaga i
tomàquet)

***PEIX BLANC** (permès)
AL FORN amb
tomàquet amanit

Fruita del temps
(PERMESA)

DIJOUS

CREMA DE
PASTANAGA
(pastanaga, ceba, patata)
CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
amb **pastanaga**
ratllada

logurt natural sense
sucre

BRÒQUIL AMB **PATATA**
RAGOUT DE GALL DINDI
AMB PASTANAGA amb
guarnició **tomàquet amanit**

logurt natural sense sucre

PASTA (S/OU, S/GLUTEN)
A LA CARBONARA (Crema
de llet vegetal, ceba)

LLUÇ AMB SALSA VERDA
(all, julivert) amb **pastanaga**
ratllada

logurt natural sense sucre

BRÒQUIL AMB
PATATA
VEDELLA AL FORN
amb salsa de tomàquet i
ceba

logurt natural sense
sucre

Es comprovarà
que cap
ingredient
conté:

ou, fruits secs,
civada, ordi,
espelta, sègol,
blat, gluten,
fruites tropicals,

DIVENDRES

**PASTA (S/OU,
S/GLUTEN) AL PESTO**
(Alfàbrega, oli, formatge)
***PEIX BLANC** (permès)
AMB SALSA DE
TOMÀQUET I
PEBROTS AL FORN

Fruita del temps
(PERMESA)

SOPA DE BROU D'AU
AMB ARRÒS

FRICANDÓ DE
VEDELLA
(S/GLUTEN) amb
daus de patata

Fruita del temps
(PERMESA)

CREMA DE VERDURES DE
TEMPORADA (Bròquil,
pastanaga, ceba, patata)

FINGERS DE POLLASTRE
ARREBOSSATS CASOLANS
(S/OU, S/GLUTEN) amb
tomàquet amanit

Fruita del temps (PERMESA)

CIGRONS ESTOFADES
AMB VERDURETES
(ceba, pèbrots, pastanaga
i tomàquet)

***PEIX BLANC** (permès)
A LA TARONJA FORN
amb **pastanaga** ratllada

Fruita del temps
(PERMESA)

kiwi, préssec,
pinya, nabius,
remolatxa,
pèsols, mongeta
blanca,
crustacis, porc

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: mandarina, taronja ECO, pera ECO, poma ECO, plàtan/banana.

Les verdures i hortalisses són de temporada i proximitat o producció integrada: pebrot, tomàquet, coliflor, bròquil, patata ECO, ceba, pastanaga ECO.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, lleties, macarrons, espaguetts, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es servirà **pa SENSE GLUTEN** (baguette Shâir), exclusivament.

Es serveix **logurt natural sense sucre** ECO. S'utilitza **sal iodada** per cuinar i amanir.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

*Els peixos a servir són: bacallà, lluç.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat



**SENSE LACTOSA (A.C.)
(N.O.) (I.S.)**

Febrer

LA CUNA

DILLUNS

**DEL 2 AL 6 DE
FEBRER**

**PATATES
ESTOFADES AMB
VERDURES**

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
amanida

Fruita del temps

**DEL 9 AL 13 DE
FEBRER**

**LLENTIES ECO ESTOFADES
AMB MILL**

TRUITA DE PATATA I CEBA
amb guarnició **enciam** i
pastanaga **ECO**

Fruita del temps

**DEL 16 AL 20 DE
FEBRER**

FESTIU

**DEL 23 AL 27 DE
FEBRER**

**ESPAGUETIS ECO A LA
NAPOLITANA
S/FORMATGE**

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
amanida

Fruita del temps

DIMARTS

**ARRÒS AMB
TOMÀQUET**

**GALL DINDI A LA
LLIMONA** amb **enciam** i
pastanaga **ECO**

Fruita del temps

**FIDEUS ECO A LA CASSOLA
AMB VERDURES**

POLLASTRE AL FORN amb
enciam i blat de moro

Fruita del temps

**LLENTIES ECO A LA
RIOJANA**

TRUITA DE CARBASSÓ I
PATATA amb **enciam** i
blat de moro

Fruita del temps

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

**POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS
AL FORN** amb **patata** al
caliu

Fruita del temps

DIMECRES

**MONGETES
BLANQUES ECO
GUISADES AMB
VERDURES**

**CROQUETES
VEGETALS
CASOLANES
(S/LÀCTICS)** amb
enciam i olives

Fruita del temps ECO

**CIGRONS ECO ESTOFATS
AMB ARRÒS**

**BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE TOMÀQUET I**
guarnició **enciam** i olives

Fruita del temps ECO

ARRÒS TRES COLORS
(pastanaga, blat de moro,
pèsols)

**CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN**
amb tomàquet i olives

Fruita del temps ECO

**LLENTIES ECO
ESTOFADES AMB
VERDURES**

**HAMBURGUESA
VEGETAL CASOLANA
AL FORN (S/LÀCTICS)**
amb **enciam** i blat de
moro

Fruita del temps ECO

DIJOUS

**CREMA DE
CARBASSA** (Carbassa,
pastanaga, porro i patata)

**CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN**
amb amanida

iogurt VEGETAL

BRÒQUIL AMB PATATA

**RAGOUT DE GALL DINDI
AMB PASTANAGA I PÈSOLS**
amb guarnició d'amanida

iogurt VEGETAL

**MACARRONS ECO A LA
CARBONARA (Crema de
llet vegetal, ceba, bacó)**

**LLUÇ AMB SALSA
VERDA** (all, julivert i pèsols)
amb **enciam** i blat de
moro

iogurt VEGETAL

**MONGETA TENDRA
AMB PATATA**

**SALSITXES DE PORC
AL FORN** amb salsa de
tomàquet i ceba

iogurt VEGETAL

DIVENDRES

**ESPAGUETIS ECO AL
PESTO** (Alfàbrega, oli,
s/formatge)

**GALL DE SANT PERE
AMB SAMFAINA AL
FORN**

Fruita del temps

**SOPA DE BROU D'AU
AMB ARRÒS**

**FRICANDÓ DE
VEDELLA** amb
xampinyons i cous cous

Fruita del temps

**CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA** (Bròquil,
Carbassó, porro, patata)

**FINGERS DE POLLASTRE
ARREBOSSATS
CASOLANS** amb **enciam** i
pastanaga **ECO**

Fruita del temps

**CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES**

***PEIX BLANC A LA
TARONJA FORN** amb
llet **enciam** i pastanaga
ratllada **ECO**

Fruita del temps

**Es comprovarà
que cap
ingredient
conté:
LACTOSA**

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: mandarina, taronja ECO, pera ECO, poma ECO, pinya, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata, pèsols, ceba, carbassa, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, col, bròquil, coliflor, xirivia, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, llenties, macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es serveix d'acompanyament pa blanc (S/LÀCTICS) i dimarts i dijous es serveix PA INTEGRAL (S/LÀCTICS).

Es serveix IOGURT VEGETAL o FRUITA DEL TEMPS. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefi, platija, Maires.

Lluç, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

**Cuina i lleure
de proximitat**



DILLUNS

DEL 2 AL 6 DE FEBRER

PATATES ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps

DEL 9 AL 13 DE FEBRER

LLENTIES ECO ESTOFADES AMB MILL

TRUITA DE PATATA I CEBA amb guarnició enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps

DEL 16 AL 20 DE FEBRER

FESTIU

DEL 23 AL 27 DE FEBRER

ESPAGUETIS ECO A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB TOMÀQUET

GALL DINDI A LA LLIMONA amb enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps

FIDEUS ECO A LA CASSOLA AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ECO A LA RIOJANA

TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURETES DE L'HORT (ceba, pebrot, carbassó, pastanaga, xampinyons i tomàquet)

POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS AL FORN amb patata al caliu

Fruita del temps

DIMECRES

MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB VERDURES

CROQUETES VEGETALS CASOLANES (S/LÀCTICS) amb enciam i olives

Fruita del temps ECO

CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ARRÒS

BACALLÀ AL FORN AMB Salsa de tomàquet i guarnició enciam i olives

Fruita del temps ECO

ARRÒS TRES COLORS (pastanaga, blat de moro, pèsols)

CONTRA CUIXA DE POLLASTRE AL FORN amb tomàquet i olives

Fruita del temps ECO

LLENTIES ECO ESTOFADES AMB VERDURES

HAMBURGUESA VEGETAL CASOLANA AL FORN (S/LÀCTICS) amb enciam i blat de moro

Fruita del temps ECO

DIJOUS

CREMA DE CARBASSA (Carbassa, pastanaga, porro i patata)

CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN amb amanida

iogurt natural sense sucre

BRÒQUIL AMB PATATA

RAGOUT DE GALL DINDI AMB PASTANAGA I PÈSOLS amb guarnició d'amanida

iogurt natural sense sucre

MACARRONS ECO A LA CARBONARA (Crema de llet vegetal, ceba, bacó)

LLUÇ AMB Salsa VERDA (all, julivert i pèsols) amb enciam i blat de moro

iogurt natural sense sucre

MONGETA TENDRA AMB PATATA

SALSITXES DE PORC AL FORN amb salsa de tomàquet i ceba

iogurt natural sense sucre

DIVENDRES

ESPAGUETIS ECO AL PESTO (Alfàbrega, oli, formatge)

GALL DE SANT PERE AMB SAMFAINA AL FORN

Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU AMB ARRÒS

FRICANDÓ DE VEDELLA amb xampinyons i cous cous

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA (Bròquil, Carbassó, porro, patata)

FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS CASOLANS amb enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURETES

*PEIX BLANC A LA TARONJA FORN amb llet enciam i pastanaga ratllada ECO

Fruita del temps

Es comprovarà que cap ingredient conté: **LACTOSA**

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: mandarina, taronja ECO, pera ECO, poma ECO, pinya, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata, pèsols, ceba, carbassa, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, col, bròquil, coliflor, xirivia, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, lletanies, macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es serveix d'acompanyament pa blanc (S/LÀCTICS) i dimarts i dijous es serveix PA INTEGRAL (S/LÀCTICS).

Es serveix iogurt natural sense sucre ECO. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

Les ous i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

Les peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefí, platja, Maires.

Lluç, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure de proximitat



DILLUNS

DEL 2 AL 6 DE FEBRER

PATATES ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

DIMARTS

ARRÒS AMB TOMÀQUET

GALL DINDI A LA LLIMONA amb enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

DIMECRES

MONGETES BLANQUES ECO GUISADES AMB VERDURES

CROQUETES VEGETALS CASOLANES (S/LÀCTICS) amb enciam i olives

Fruita del temps ECO (NO TARONJA, NO KIWI)

DIJOUS

CREMA DE CARBASSA (Carbassa, pastanaga, porro i patata)

CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN amb amanida

iogurt VEGETAL

DIVENDRES

ESPAGUETIS ECO AL PESTO (Alfàbrega, oli, s/formatge)

GALL DE SANT PERE AMB SAMFAINA AL FORN

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

DEL 9 AL 13 DE FEBRER

LLENTIES ECO ESTOFADES AMB MILL

TRUITA DE PATATA I CEBA amb guarnició enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

FIDEUS ECO A LA CASSOLA AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN amb enciam i blat de moro

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ARRÒS

BACALLÀ AL FORN AMB SALSA DE TOMÀQUET i guarnició enciam i olives

Fruita del temps ECO (NO TARONJA, NO KIWI)

BRÒQUIL AMB PATATA

RAGOUT DE GALL DINDI AMB PASTANAGA I PÈSOLS amb guarnició d'amanida

iogurt VEGETAL

SOPA DE BROU D'AU AMB ARRÒS

FRICANDÓ DE VEDELLA amb xampinyons i cous cous

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

DEL 16 AL 20 DE FEBRER

FESTIU

LLENTIES ECO A LA RIOJANA

TRUITA DE CARBASSÓ I PATATA amb enciam i blat de moro

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

ARRÒS TRES COLORS (pastanaga, blat de moro, pèsols)

CONTRA CUIXA DE POLLASTRE AL FORN amb tomàquet i olives

Fruita del temps ECO (NO TARONJA, NO KIWI)

MACARRONS ECO A LA CARBONARA (Crema de llet vegetal, ceba, bacó)

LLUÇ AMB SALSA VERDA (all, julivert i pèsols) amb enciam i blat de moro

iogurt VEGETAL

CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA (Bròquil, Carbassó, porro, patata)

FINGERS DE POLLASTRE ARREBOSSATS CASOLANS amb enciam i pastanaga ECO

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

DEL 23 AL 27 DE FEBRER

ESPAGUETIS ECO A LA NAPOLITANA S/FORMATGE

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

ARRÒS AMB VERDURETES DE L'HORT (ceba, pebrot, carbassó, pastanaga, xampinyons i tomàquet)

POLLASTRE AMB HERBES PROVENÇALS AL FORN amb patata al caliu

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

LLENTIES ECO ESTOFADES AMB VERDURES

HAMBURGUESA VEGETAL CASOLANA AL FORN (S/LÀCTICS) amb enciam i blat de moro

Fruita del temps ECO (NO TARONJA, NO KIWI)

MONGETA TENDRA AMB PATATA

SALSITXES DE PORC AL FORN amb salsa de tomàquet i ceba

iogurt VEGETAL

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURETES

*PEIX BLANC A LA TARONJA FORN amb llet enciam i pastanaga ratllada ECO

Fruita del temps (NO TARONJA, NO KIWI)

Es comprovarà que cap ingredient conté:

LACTOSA + TARONJA + KIWI

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: pera ECO, poma ECO, pinya, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata, pèsols, ceba, carbassa, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, col, bròquil, coliflor, xirivia, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, lleties, macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es serveix d'acompanyament pa blanc (S/LÀCTICS) i dimarts i dijous es serveix PA INTEGRAL (S/LÀCTICS).

Es serveix IOGURT VEGETAL o FRUITA DEL TEMPS. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc.

Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefí, platja, Maires, Lluç, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Quina i lleure de proximitat



SENSE LLENTIES (B.S.)

Febrer

LA CUNA

DILLUNS

DEL 2 AL 6 DE FEBRER

PATATES
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA A LA
FRANCESA amb
amanida

Fruita del temps

DEL 9 AL 13 DE FEBRER

MONGETES BLANQUES ECO
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA DE PATATA I CEBA
amb guarnició **enciam** i
pastanaga **ECO**

Fruita del temps

DEL 16 AL 20 DE FEBRER

FESTIU

DEL 23 AL 27 DE FEBRER

ESPAGUETIS ECO A LA
NAPOLITANA AMB
FORMATGE

TRUITA DE FORMATGE
amb amanida

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

GALL DINDI A LA
LLIMONA amb **enciam** i
pastanaga **ECO**

Fruita del temps

FIDEUS ECO A LA CASSOLA
AMB VERDURES

POLLASTRE AL FORN amb
enciam i blat de moro

Fruita del temps

CIGRONS ECO A LA
RIOJANA

TRUITA DE CARBASSÓ I
PATATA amb **enciam** i
blat de moro

Fruita del temps

ARRÒS AMB
VERDURETES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

POLLASTRE AMB
HERBES PROVENÇALS
AL FORN amb **patata** al
caliu

Fruita del temps

DIMECRES

MONGETES
BLANQUES ECO
GUISADES AMB
VERDURES

CROQUETES
VEGETALS
CASOLANES amb
enciam i olives

Fruita del temps **ECO**

CIGRONS ECO ESTOFATS
AMB ARRÒS

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE TOMÀQUET I
guarnició **enciam** i olives

Fruita del temps **ECO**

ARRÒS TRES COLORES
(pastanaga, blat de moro,
pèsols)

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb tomàquet i olives

Fruita del temps **ECO**

MONGETES
BLANQUES ECO
ESTOFADES AMB
VERDURES

HAMBURGUESA
VEGETAL CASOLANA
AL FORN amb **enciam** i
blat de moro

Fruita del temps **ECO**

DIJOUS

CREMA DE
CARBASSA (Carbassa,
pastanaga, porro i patata)

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
amb amanida

logurt natural sense
sucre

BRÒQUIL AMB PATATA

RAGOUT DE GALL DINDI
AMB PASTANAGA I PÈSOLS
amb guarnició d'amanida

logurt natural sense sucre

MACARRONS ECO A LA
CARBONARA (Crema de
llet de vaca, ceba, bacó)

LLUÇ AMB SALSA
VERDA (all, julivert i pèsols)
amb **enciam** i blat de
moro

logurt natural sense
sucre

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

SALSITXES DE PORC
AL FORN amb salsa de
tomàquet i ceba

logurt natural sense
sucre

DIVENDRES

ESPAGUETIS ECO AL
PESTO (Alfàbrega, oli,
formatge)

GALL DE SANT PERE
AMB SAMFAINA AL
FORN

Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU
AMB ARRÒS

FRICANDÓ DE
VEDELLA amb
xampinyons i cous cous

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA (Bròquil,
Carbassó, porro, patata)

FINGERS DE POLLASTRE
ARREBOSSATS
CASOLANS amb **enciam** i
pastanaga **ECO**

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES

*PEIX BLANC A LA
TARONJA FORN amb
llit **enciam** i pastanaga
ratllada **ECO**

Fruita del temps

Les fruites són de temporada i proximitat o producció integrada: mandarina, taronja ECO, pera ECO, poma ECO, pinya, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata, pèsols, ceba, carbassa, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, col, bròquil, coliflor, xirivia, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

El producte ECO i de proximitat a servir serà: Pèsols, mongetes blanques, cigrons, macarrons, espaguetis, espirals, fideus, oli d'oliva. Ous frescos.

Es serveix d'acompanyament pa blanc i dimarts i dijous es serveix PA INTEGRAL.

Es serveix iogurt natural sense sucre ECO. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

Les aïns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat i frescos: pollastre, gall dindi, vedella, porc. Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, gallineta, gall de sant Pere, llenguadina, llimanda, eglefi, platja, Maires.

Lluç, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat