

| DILLUNS | DIMARTS | DIMECRES | DIJOUS | DIVENDRES |
|--|--|--|---|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| | MACARRONS AMB TOMÀQUET | CREMA DE CARBASSÓ | MONGETA AMB PATATA | ARRÒS TRES DELÍCIES (PÈSOL, PASTANAGA I BLAT DE MORO) |
| | FILET DE LLUÇ AL FORN AMB CARBASSÓ, PASTANAGA I CEBA | LLENTIES AMB ARRÒS I VERDURES (CEBA, PEBROT VERD I VERMELL, I TOMÀQUET) | POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS | TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA DE TOMÀQUET I PASTANAGA |
| | FRUITA DE PROXIMITAT | FRUITA DE PROXIMITAT | FRUITA DE PROXIMITAT | IOURT NATURAL |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| PATATA I PÈSOL | AMANIDA D'ARRÒS (TOMÀQUET, BLAT DE MORO, PASTANAGA, PEBROT VERD I VERMELL) | MINISTRA DE VEDURES (PATATA, PÈSOLS, PASTANAGA I MONGETA) | AMANIDA DE PASTA (PASTANAGA, TOMÀQUET, OLIVES I BLAT DE MORO) | AMANIDA VARIADA (ENCIAM, TOMÀQUET, PASTANAGA, OLIVES I ESPÀRRECS) |
| CROQUETES SENSE GLUTEN AMB ENCIAM, CEBA I PASTANAGA | TRUITA A LA FRANCESA AMB TOMÀQUET, CEBA I OLIVES | ESTOFAT DE GALL D'INDI AMB ENCIAM, TOMÀQUET I BLAT DE MORO | LLUÇ A LA SALSÀ VERDA | CIGRONS AMB PATATA I VERDURES |
| FRUITA DE PROXIMITAT | FRUITA DE PROXIMITAT | FRUITA DE PROXIMITAT | FRUITA DE PROXIMITAT | IOGURT NATURAL |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| BRÒQUIL I PATATA | PASTA AMB TOMÀQUET | AMANIDA DE PATATA (PATATA, TOMÀQUET, BLAT DE MORO, PASTANAGA, PEBROT VERD I VERMELL) | ARRÒS AMB TOMÀQUET | AMANIDA DE LLENTIES (LLENTIES, TOMÀQUET, BLAT DE MORO, PASTANAGA, PEBROT VERD I VERMELL) |
| LLIBRETS DE LLOM DE PERNIL DOLÇ I FORMATGE AMB ENCIAM, PASTANAGA I OLIVES) | BACALLÀ AL FORN AMB PASTANAGA I CEBA | POLLASTRE AMB PRUNES I PINYONS | TRUITA DE CARBASSÓ AMB AMANIDA D'ENCIAM, PASTANAGA I BLAT DE MORO | LLUÇ AL FORN AMB PASTANAGA I TOMÀQUET |
| FRUITA DE PROXIMITAT | FRUITA DE PROXIMITAT | FRUITA DE PROXIMITAT | FRUITA DE PROXIMITAT | IOGURT NATURAL |
| 21 | 22 | | | |
| ARRÒS CINC DELÍCIES (PÈSOLS, PASTANAGA, BLAT DE MORO I GALL D'INDI) | PASTA TRICOLOR AMB XAMPINYONS I CEBA | | | |
| TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA D'ENCIAM, BLAT DE MORO I OLIVES | MANDONGUILLES AMB SALSÀ DE TOMÀQUET | | | |
| FRUITA DE PROXIMITAT | GELAT | | | |

Recorda

-El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.

-D'aquest menú un 25% de la pasta és ecològica.

-El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.

-És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És de proximitat i dues vegades al mes és ecològica.

-Els dijous el pa és integral.

-Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.

-El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.

-Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.