

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
26/06	27/06	28/06	29/06	30/06
MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET	MONGETA TENDRA AMB PATATA	AMANIDA DE LENTIES	ARRÒS TRES DELÍCIES	AMANIDA CAMPERA
LLUÇ ARREBOSSAT AMB AMANIDA	POLLASTRE AL FORN AMB XAMPINYONS	TRUITA DE PATATES AMB XIPS	ESTOFAT DE GALL D'ÍNDI AMB SALSA	HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA
FRUITA 3	FRUITA 4	IOGURT 5	FRUITA 6	POSTRES 7
FESTIU	CIGRONETS AMB PATATA TIRES DE POLLASTRE ARREBOSSAT AMB AMANIDA IOGURT	ARRÒS AMB SALSA DE TOMÀQUET I TONYINA TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANIDA FRUITA	AMANIDA DE PASTA LLUÇ AL FORN A LA SALSA VERDA FRUITA	MINESTRA DE VERDURES MANDONGUILLES AMB SALSA DE TOMÀQUET POSTRES
10	11	12	13	14
PÈSOLS AMB PATATA	ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET I FORMATGE	AMANIDA DE PATATA	ARRÒS A LA CUBANA	LLENTIES AMB PATATES I OLI D'OLIVA
LLIBRETS DE LLOM ARREBOSSATS AMB AMANIDA	POLLASTRE AL FORN A LA LLIMONA AMB ENCIAM I PASTANAGA	TIRES DE CALAMAR ARREBOSSAT AMB GUARNICIÓ	HAMBURGUESA DE POLLASTRE AMB AMANIDA	TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM, OLIVES I XERRIS
FRUITA 17	FRUITA 18	IOGURT 19	FRUITA 20	POSTRES 21
AMANIDA DE PASTA	MONGETA AMB PATATA I PASTANAGA	ARRÒS TRES DELÍCIES	MACARRONS AMB SALSA DE TOMÀQUET	AMANIDA DE CIGRONETS
LLUÇ ARREBOSSAT AMB XIPS	ESTOFAT DE VEDELLA AMB SALSA DE TOMÀQUET	POLLASTRE AL FORN AMB VERDURES	TRUITA A LA FRANCESA AMB AMANDIA	MANDONGUILLES AMB SALSA DE TOMÀQUET
FRUITA 24	IOGURT 25	FRUITA 26	FRUITA 27	POSTRES 28
TALLARINES AMB VERDURES	AMANIDA CAMPERA	ARRÒS AMB TOMÀQUET	MONGETA AMB PATATA I PERNIL	PIZZA
TRUITA DE PATATES AMB AMANIDA	ESTOFAT DE GALL D'ÍNDI AMB SALSA	POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA	LLUÇ AL FORN AMB VERDURETES	POLLASTRE ORLY AMB AMANIDA
FRUITA	IOGURT	FRUITA	FRUITA	POSTRES ESPECIAL

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.