

04 **DILLUNS**

- Arròs integral amb tomàquet i ceba
- Daus de pollastre saltats amb alls tendres amb enciam i olives
- Fruita de temporada

11 **FESTIU**



18 **DILLUNS**

- Crema de lleties i verdures de temporada (9)
- Amanida de pasta amb tonyina, remolatxa i pastanaga (1, 4)
- Fruita de temporada

25 **FESTIU**



05 **DIMARTS**

- Col rostida amb patates
- Gall dindi al forn amb remolatxa i pastanaga
- Fruita de temporada

12 **DIMARTS**

- Sopa de brou vegetal amb mill (9)
- Lleties estofades amb xoriço
- Fruita de temporada

19 **DIMARTS**

- Arròs amb salsa de carbassa i formatge especial
- Pernilet de pollastre al forn amb ceba i pastanaga
- Fruita de temporada

26 **DIMARTS**

- Sopa de brou d'au amb pistons (1,9)
- Pollastre a la planxa amb patates i remolatxa al forn
- logurt ecològic natural La Selvatana (7)

06 **DIMECRES**

- Cigrons amb tomàquet
- Salmó al forn amb enciam i pastanaga (4)
- Fruita de temporada

13 **DIMECRES**

- Espaguetis amb salsa de tomàquet i remolatxa (1)
- Contraçuixa de pollastre al forn amb enciam i ravanets
- Fruita de temporada

20 **DIMECRES**

- Coliflor gratinada al forn amb beixamel i formatge especial
- Lluç en salsa verda amb enciam i olives (4)
- logurt ecològic natural La Selvatana (7)

27 **DIMECRES**

- Guisat de mongeta blanca amb ceba, porro i pastanaga
- Lluç a la marinera amb enciam i olives (4)
- Fruita de temporada

07 **DIJOUS**

- Crema de verdures de temporada (9)
- Botifarra de porc amb mongeta seca saltejada (12)
- logurt ecològic natural La Selvatana (7)

14 **DIJOUS**

- Crema de verdures de temporada (9)
- Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga
- Fruita de temporada

21 **DIJOUS**

- Estofat de cigrons amb patates
- Daus de gall dindi amb allet, col i remolatxa
- Fruita de temporada

28 **DIJOUS**

- Crema de carbassó (9)
- Mandonguilles vegetals amb enciam i pastanaga (6)
- Fruita de temporada

01 **FESTIU**



08 **DIVENDRES**

- Macarrons blancs amb baicon i formatge especial (1)
- Pollastre a la planxa amb remolatxa i olives
- Fruita de temporada

15 **DIVENDRES**

- Amanida d'arròs amb oli d'oliva
- Bacallà al forn amb daus de patata (4)
- logurt ecològic natural La Selvatana (7)

22 **DIVENDRES**

- Macarrons integrals a la bolonyesa de carn de vedella amb formatge especial (1)
- Amanida variada completa
- Fruita de temporada

29 **DIVENDRES**

GASTRONOMIA DEL MES

AL·LÈRGENS

1 Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats.
2 Crustacis i productes a base de crustacis. **3** Ous i productes a base d'ou.
4 Peix i productes a base de peix. **5** Cacauets i productes a base de cacauets.
6 Soja i productes a base de soja. **7** Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa).
8 Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats.
9 Api i productes derivats. **10** Mostassa i productes derivats.
11 Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam.
12 Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 ml/l expressat SO₂.
13 Tramussos i productes a base de tramussos. **14** Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.

Coordinació: antoniboteymenjador@gmail.com
 Administració: administracio@ambitescola.cat
 Avisos i incidències: 658 027 421



**Mes de la
REMOLATXA**

AUGMENT D'ENERGIA/
ANTIOXIDANT

Menús elaborats per:
MARIA LOBO SAHÚN
 Grau en nutrició i dietètica
 CAT 002531