

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

1 BULLIT DE PATATA,
PASTANAGA I MONGETA

PASTA AMB
BOLONYESA VEGETAL

PA INTEGRAL

FRUITA

2 CREMA DE PÈSOLS

LLOM AMB VERDURES

ENCIAM I OLIVES
PA BLANC
IOGURT

3 CREMA DE
CARBASSA

POLLASTRE AMB
TARONJA

ARRÒS SALTAT
PA INTEGRAL

FRUITA

6 BULLIT DE
BRÓCOLI I PATATA

MANDONGUILLES DE
VEDELLA AMB
POMODORO

ENCIAM I BLAT DE
MORO
PA INTEGRAL
IOGURT

7 GUISAT DE CIGRONS
AMB VERDURES

TRUITA D'ESPINACS

ENCIAM I TOMÀQUET
PA BLANC

FRUITA ÀCIDA

8 BROU DE
VEDURES I FIDEUS

ROSTIT DE
POLLASTRE A LA
LLIMONA

ENCIAM I
COGOMBRE
PA INTEGRAL
FRUITA

9 CREMA DE
VERDURES

PASTA INTEGRAL
AMB BOLONYESA I
FORMATGE

PA BLANC

FRUITA

10 FESTA

13 ARRÒS INTEGRAL
AMB SALSA DE
TOMÀQUET

HAMBURGUESA
VEGETAL

BASTONETS DE
PASTANAGA FRESCA
PA INTEGRAL
FRUITA

14 GUISAT DE
MONGETES
BLANQUES AMB
VERDURES

TRUITA DE PATATES

ENCIAM I API
PA BLANC
FRUITA ÀCIDA

15 CREMA DE
VERDURES

POLLASTRE AMB
HERBES
PROVENÇALS

ENCIAM I PIPES
PA INTEGRAL

FRUITA

16 BULLIT DE
COLIFLOR I PATATA

ESTOFAT DE
VEDELLA D'OSONA
AMB XAMPINYONS

ENCIAM I OLIVES
PA BLANC

FRUITA

17 PASTA AMB
PIPESTO

LLUÇ AL FORN AMB
CEBA I TOMÀQUET

ENCIAM I BLAT DE
MORO
PA INTEGRAL

IOGURT

20 GUISAT DE
LLENTIES AMB
VERDURES

TRUITA DE
FORMATGE

ENCIAM I
COGOMBRE
PA INTEGRAL
FRUITA ÀCIDA

21 BULLIT DE
PATATA, PASTANAGA I
MONGETA

MAGRA DE PORC AL
FORN

ENCIAM I PIPES
PA BLANC

FRUITA

22 PASTA INTEGRAL AMB
SALSA DE CARBASSA I
POMA ROSTIDA

SALMÓ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I TOMÀQUET
PA INTEGRAL

IOGURT

23 CREMA DE CARBASSÓ

CIGRONS AMB
TOMÀQUET

ENCIAM I API

PA BLANC

FRUITA

24 ARRÒS BLANC
AMB SALSA
D'HORTALISSES

POLLASTRE AMB
TOC DE MEL

ENCIAM I
PASTANAGA
PA INTEGRAL
FRUITA

27 BULLIT DE
BRÓCOLI I PATATA

MONGETES
SALTEJADES

ENCIAM I
COGOMBRE
PA INTEGRAL
FRUITA

28 ARRÒS AMB
SALSA DE
VERDURES

LLUÇ AL FORN AMB
ALL I JULIVERT

ENCIAM I BLAT DE
MORO
PA BLANC
FRUITA

29 PASTA INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET I
FORMATGE

POLLASTRE AL FORN
AMB CEBA I POMA

ENCIAM I PANSES
PA INTEGRAL
FRUITA

30 GUISAT DE CIGRONS
AMB HORTALISSES

TRUITA DE
CARBASSÓ

ENCIAM I TOMÀQUET
PA BLANC

FRUITA ÀCIDA

31 CREMA DE
CARBASSA

HAMBURGUESA DE
VEDELLA A LA
PLANXA

XIPS DE MONIATO
PA INTEGRAL

IOGURT



MANDONGUILLES DE VEDELLA AMB SALSA POMODORO

La nostra salsa pomodoro, feta amb tomàquet i un toc de poma dona una dolçor molt suau a aquesta recepta de mandonguilles. Un plat de tota la vida amb un petit gir que agrada a tothom.

DESCOBREIX MÉS RECEPTES AL NOSTRE