



MOGENT

Revisat per Paula Bach Solis - GAT002124



OCTUBRE

2026



valors



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
5 Arròs tres delícies vegeterià (ECO) (O) Trita de formatge (O, L) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	6 Crema de llegum i porro (ECO) (B) Croquetes de pollastre (P, C, B, O, L, S, W, A, M) Enciam i pastanaga (ECO) logurt ECO a granel (L)	7 Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	8 Verdura de temporada amb patata (ECO) Pernillets de pollastre al romani Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	9 Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L) Peix fresc segons mercat (C, M, P) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
12 FESTIU	13 Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O) Trita de carbassó (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	14 Crema de pastanaga (ECO) Carn d'au al curri (ECO) (B, W) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	15 Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons estofats amb espinacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	16 Rissotto de verdures (ECO) (L) Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
19 Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Trita francesa (O) Enciam i remolatxa (ECO) logurt ECO a granel (L)	20 Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	21 Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (B, W, O, S) Lluç encebata (ECO) (P, M, C) Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	22 Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G) Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	23 Crema de verdures i fonoll (ECO) Botifarra a la planxa (ECO) (S, D) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
26 Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	27 Patates estofades amb verdures (ECO) Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	28 Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (B, W, O, S) Fideuà amb peix fresc segons mercat (ECO) (B, S, W, O, P, M, C) Fruita de temporada (ECO)	29 Arròs al pesto (ECO) (integral) (L) Quiche de pernil dolç i xampinyons (ECO) (L, O) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	30 La Castanyada! Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil (ECO) (L, S) Pollastre a la cassola (ECO) (F, K, D, B, O, S, L, G) Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

AL·LÈRGENS

B Gluten	W Mostassa
L Làctics	P Peix
O Ou	M Mol·lusc
S Soja	C Crustaci
D Sulfits	F Fruits de closca
	K Cacauet

QUÈ TROBEM AL MERCAT QUE SIGUI DE TEMPORADA?

FRUITA



VERDURA



TASTET DEL MES



PASTÍS DE MONIATO

.....

.....

.....

.....

Els camins del Parc Natural del Montseny



QUÈ TREBALLEM?

TERRITORI

Sequera, augment de temperatures i risc d'incendi.

VALORS

Cooperació i convivència: al bosc, tot està connectat.

COMPROMIS AMB EL PLANETA

Petjada ecològica i reducció de residus: cuidar allò proper.



COM HO ATERREM

Viatge simbòlic

Fotografies, mapes, contes i materials naturals.

Lleure i menjador

Joc dinamitzat, espais de lliure circulació, ambients, provocacions, propostes dinamitzades de diferents tipus, accions quotidianes a l'hora de dinar.

Adaptació real

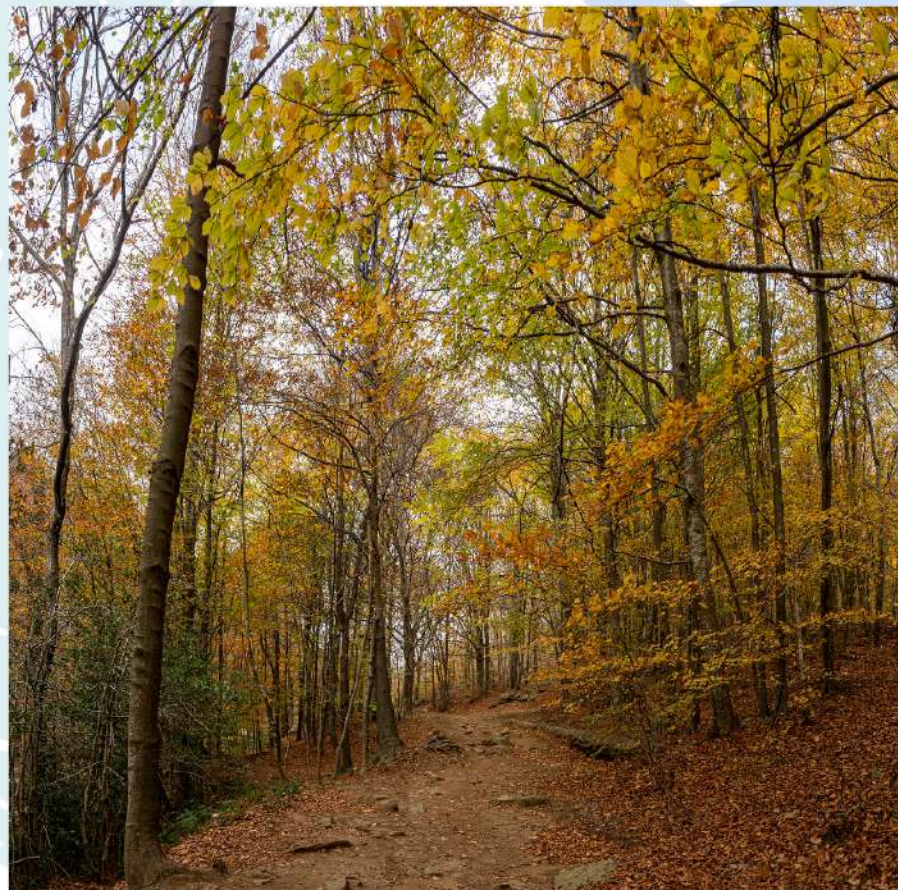
A cada edat, espai, calendari i recursos del centre.

Fem visible el procés

Documentem per compartir-ho amb les famílies.



Trepitgem Catalunya



“Per protegir la natura cal entendre el seu valor.”

Martí Boada



ACTIVITATS

DESCOBRIR

Provocacions sensorials i joc simbòlic

MOURE'NS

Jocs tradicionals, circuits i orientació

COOPERAR

Reptes, gimcanes, missions i jocs d'equip

PENSAR I CREAR

Tallers, investigacions, debats i murals



LA PÍNDOLA D'INICI DE CURS

ELS ACORDS ESSENCIALS

Són els acords que construïm conjuntament amb els infants a inici de curs per decidir com volem conviure i cuidar-nos durant l'espai de migdia.

Ens ajuden a establir límits clars, responsabilitats compartides i una bona convivència, fent que els infants se'n sentin participants.



POSITIUS I SENZILLS

Evitem començar els acords amb “no”.

COMPARTITS I ENTENEDORS

Tothom sap què hem acordat.

ASSOLIBLES I VISIBLES

En una cartolina gran, al menjador o espai comú i signats per tots els infants.

AMB REPARACIÓ

Acordar les conseqüències per quan es trenca cada acord. Acord - conseqüència, sempre que tinguin connexió i sigui reparador.

No porc				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterià (ECO) (O)	Crema de llegum i porro (ECO) (B)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L)
Truita de formatge (O, L)	Croquetes de pollastre (P, C, B, O, L, S, W, A, M)	Llenties estofades amb verdures (ECO) (B)	Pernilets de pollastre al romaní	Peix fresc segons mercat (C, M, P)
Enciam i olives (ECO)	Enciam i pastanaga (ECO)		Enciam i blat de moro (ECO)	Enciam i remolatxa (ECO)
Fruita de temporada (ECO)	logurt ECO a granel (L)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O)	Crema de pastanaga (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L)
	Truita de carbassó (ECO) (O)	Carn d'au al curri (ECO) (B, W)	Cigrons estofats amb espinacs (ECO)	Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W)
	Enciam i olives (ECO)	Arròs (ECO)		Enciam i carbassó (ECO)
	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (B, W, O, S)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G)	Crema de verdures i fonoll (ECO)
Truita francesa (O)		Lluç encebata (ECO) (P, M, C)	Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO)	Salsitxes d'au (L, D, S, B)
Enciam i remolatxa (ECO)	Mongetes blanques amb carbassa (ECO)	Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Xips de moniato (ECO) (B, S, W)
logurt ECO a granel (L)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (B, W, O, S)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L)	La Castanyada!
Llenties estofades amb verdures (ECO) (B)	Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O)	Fideuà amb peix fresc segons mercat (ECO) (B, S, W, O, P, M, C)	Quiche de xampinyons i ceba caramel·litzada (ECO) (L, O)	Crema de carbassa i moniato (ECO)
	Enciam i olives (ECO)		Enciam i remolatxa (ECO)	Pollastre a la cassola (ECO) (F, K, D, B, O, S, L, G)
Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)
				Postre especial

Halal				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterà (ECO) (O) Truita de formatge (O, L) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de llegum i porro (ECO) (B) Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, K, S, L, F, A, W, G, M, T) Enciam i pastanaga (ECO) logurt ECO a granel (L)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Pernilets de pollastre al romaní (de pollastre halal) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L) Peix fresc segons mercat (C, M, P) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O) Truita de carbassó (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de pastanaga (ECO) Carn d'au al curri (ECO) (halal) (B, W) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons estofats amb espínacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L) Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Truita francesa (O) Enciam i remolatxa (ECO) logurt ECO a granel (L)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (halal) (B, W, O, S) Lluç encebata (ECO) (P, M, C) Amanida d'espínacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G) Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO) (halal) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO) Salsitxes d'au (halal) (L, D, S, B) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO) Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (halal) (B, W, O, S) Fideuà amb peix fresc segons mercat (ECO) (B, S, W, O, P, M, C) Fruita de temporada (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L) Quiche de xampinyons i ceba caramel·litzada (ECO) (L, O) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	La Castanyada! Crema de carbassa i moniato (ECO) Pollastre a la cassola (ECO) (halal) (F, K, D, B, O, S, L, G) Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

No carn				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterà (ECO) (O)	Crema de llegum i porro (ECO) (B)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L)
Truita de formatge (O, L)	Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, K, S, L, F, A, W, G, M, T)	Llenties estofades amb verdures (ECO) (B)	Truita francesa (O)	Peix fresc segons mercat (C, M, P)
Enciam i olives (ECO)	Enciam i pastanaga (ECO)		Enciam i blat de moro (ECO)	Enciam i remolatxa (ECO)
Fruita de temporada (ECO)	logurt ECO a granel (L)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O)	Crema de pastanaga (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L)
	Truita de carbassó (ECO) (O)	Tofu en salsa (ECO) (S, G, B)	Cigrons estofats amb espínacs (ECO)	Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W)
	Enciam i olives (ECO)	Arròs (ECO)		Enciam i carbassó (ECO)
	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Sopa de pasta (amb brou de verdures) (ECO) (B, S, W, O)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G)	Crema de verdures i fonoll (ECO)
Truita francesa (O)		Lluç encebata (ECO) (P, M, C)	Truita de xampinyons (ECO) (O)	Arròs amb llenties i tomàquet (ECO) (B)
Enciam i remolatxa (ECO)	Mongetes blanques amb carbassa (ECO)	Amanida d'espínacs i pastanaga (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Xips de moniato (ECO) (B, S, W)
logurt ECO a granel (L)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou de verdures) (ECO) (B, W, O, S)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L)	La Castanyada!
Llenties estofades amb verdures (ECO) (B)	Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O)	Fideuà amb peix fresc segons mercat (ECO) (B, S, W, O, P, M, C)	Quiche de xampinyons i ceba caramel·litzada (ECO) (L, O)	Crema de carbassa i moniato (ECO)
Fruita de temporada (ECO)	Enciam i olives (ECO)		Enciam i remolatxa (ECO)	Seità rostit a la catalana (ECO) (B, S, G, F, K)
	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)
				Postre especial

No peix				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterà (ECO) (O) Truita de formatge (O, L) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de llegum i porro (ECO) (B) Pollastre a la planxa Enciam i pastanaga (ECO) logurt ECO a granel (L)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Pernilets de pollastre al romaní Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L) Llom a la planxa Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O) Truita de carbassó (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de pastanaga (ECO) Carn d'au al curri (ECO) (B, W) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons estofats amb espinacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L) Truita francesa (O) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Truita francesa (O) Enciam i remolatxa (ECO) logurt ECO a granel (L)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (B, W, O, S) Truita de ceba caramel·litzada (ECO) Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G) Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO) Botifarra a la planxa (ECO) (S, D) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO) Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (B, W, O, S) Fideus amb verdures (ECO) (B, S, W, O) Fruita de temporada (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L) Quiche de pernil dolç i xampinyons (ECO) (L, O) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	La Castanyada! Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil (ECO) (L, S) Pollastre a la cassola (ECO) (F, K, D, B, O, S, L, G) Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

No marisc				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterià (ECO) (O) Truita de formatge (O, L) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de llegum i porro (ECO) (B) Pollastre a la planxa Enciam i pastanaga (ECO) logurt ECO a granel (L)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Pernilets de pollastre al romaní Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L) Llom a la planxa Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O) Truita de carbassó (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de pastanaga (ECO) Carn d'au al curri (ECO) (B, W) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons estofats amb espinacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L) Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Truita francesa (O) Enciam i remolatxa (ECO) logurt ECO a granel (L)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (B, W, O, S) Truita de ceba caramel·litzada (ECO) Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G) Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO) Botifarra a la planxa (ECO) (S, D) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO) Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (B, W, O, S) Fideus amb verdures (ECO) (B, S, W, O) Fruita de temporada (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L) Quiche de pernil dolç i xampinyons (ECO) (L, O) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	La Castanyada! Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil (ECO) (L, S) Pollastre a la cassola (ECO) (F, K, D, B, O, S, L, G) Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

No peix, marisc, porc

Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterà (ECO) (O) Truita de formatge (O, L) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de llegum i porro (ECO) (B) Pollastre a la planxa Enciam i pastanaga (ECO) logurt ECO a granel (L)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Pernilets de pollastre al romaní Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L) Truita francesa (O) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O) Truita de carbassó (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de pastanaga (ECO) Carn d'au al curri (ECO) (B, W) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons estofats amb espinacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L) Truita francesa (O) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Truita francesa (O) Enciam i remolatxa (ECO) logurt ECO a granel (L)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (B, W, O, S) Truita de ceba caramel·litzada (ECO) Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G) Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO) Salsitxes d'au (L, D, S, B) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO) Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (B, W, O, S) Fideus amb verdures (ECO) (B, S, W, O) Fruita de temporada (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L) Quiche de xampinyons i ceba caramel·litzada (ECO) (L, O) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	La Castanyada! Crema de carbassa i moniato (ECO) Pollastre a la cassola (ECO) (F, K, D, B, O, S, L, G) Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

No ou, carn				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies s/ou (ECO) Peix al forn (P, M, C) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de llegum i porro (ECO) (B) Tofu en salsa (ECO) (S, G, B) Enciam i pastanaga (ECO) logurt ECO a granel (L)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons saltejats (ECO) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Pasta s/al·lèrgens amb salsa de xampinyons (ECO) (L) Peix fresc segons mercat (C, M, P) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Pasta s/al·lèrgens amb salsa de verdures (ECO) Peix al forn (P, M, C) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de pastanaga (ECO) Tofu en salsa (ECO) (S, G, B) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons estofats amb espinacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L) Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Peix al forn (P, M, C) Enciam i remolatxa (ECO) logurt ECO a granel (L)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de pasta s/al·lèrgens (amb brou de verdures) (ECO) Lluç encebata (ECO) (P, M, C) Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G) Verdures de temporada (ECO) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO) Arròs amb llenties i tomàquet (ECO) (B) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO) Mongetes blanques amb tomàquet (ECO) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta s/al·lèrgens (brou de verdures) (ECO) Fideus s/al·lèrgens amb peix (ECO) (S, C, P, M) Fruita de temporada (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L) Peix al forn (P, M, C) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	La Castanyada! Crema de carbassa i moniato (ECO) Seità rostit a la catalana (ECO) (B, S, G, F, K) Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

Ovolactovegetarià

Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterià (ECO) (O) Truita de formatge (O, L) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de llegum i porro (ECO) (B) Croquetes d'espínacs (B, C, O, P, K, S, L, F, A, W, G, M, T) Enciam i pastanaga (ECO) logurt ECO a granel (L)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Truita francesa (O) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L) Cigróns saltejats (ECO) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O) Truita de carbassó (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de pastanaga (ECO) Tofu en salsa (ECO) (S, G, B) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigróns estofats amb espínacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L) Truita francesa (O) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Truita francesa (O) Enciam i remolatxa (ECO) logurt ECO a granel (L)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de pasta (amb brou de verdures) (ECO) (B, S, W, O) Seitá encebata (ECO) (B, S, G) Amanida d'espínacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Hummus de cigróns amb llesques de pa (ECO) (G) Truita de xampinyons (ECO) (O) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO) Arròs amb llenties i tomàquet (ECO) (B) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO) Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de cigróns, verdures i pasta (amb brou de verdures) (ECO) (B, W, O, S) Fideus amb verdures (ECO) (B, S, W, O) Fruita de temporada (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L) Quiche de xampinyons i ceba caramel·litzada (ECO) (L, O) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	La Castanyada! Crema de carbassa i moniato (ECO) Seitá rostit a la catalana (ECO) (B, S, G, F, K) Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

No llegums				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterià s/ pèsols (ECO) (O)	Crema de porro (ECO)	Patata al vapor (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Pasta s/al·lèrgens amb salsa de xampinyons (ECO) (L)
Truita de formatge (O, L)	Pollastre a la planxa	Truita francesa (O)	Pernilets de pollastre al romaní	Peix fresc segons mercat (C, M, P)
Enciam i olives (ECO)	Enciam i pastanaga (ECO)	Niu d'enciams (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Enciam i remolatxa (ECO)
Fruita de temporada (ECO)	logurt ECO a granel (L)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Pasta s/al·lèrgens amb salsa de verdures (ECO)	Crema de pastanaga (ECO)	Verdura permesa amb patata (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L)
	Truita de carbassó (ECO) (O)	Carn d'au al curri (ECO) (B, W)	Llom a la planxa	Abadejo al forn (P)
	Enciam i olives (ECO)	Arròs (ECO)	Niu d'enciams (ECO)	Enciam i carbassó (ECO)
	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Sopa de pasta s/al·lèrgens amb brou d'au (ECO)	Verdura permesa amb patata (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO)
Truita francesa (O)	Carn d'au a la planxa	Lluç encebata (ECO) (P, M, C)	Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO)	Llom a la planxa
Enciam i remolatxa (ECO)	Niu d'enciams (ECO)	Amanida d'espínacs i pastanaga (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Moniato al forn (ECO)
logurt ECO a granel (L)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura permesa amb patata (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO)	Sopa de pasta s/al·lèrgens amb brou d'au (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L)	La Castanyada!
Carn d'au a la planxa	Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O)	Peix al forn (P, M, C)	Quiche de pernil dolç i xampinyons (ECO) (L, O)	Crema de carbassa i moniato (ECO)
Niu d'enciams (ECO)	Enciam i olives (ECO)	pasta saltejada	Enciam i remolatxa (ECO)	Pollastre al forn
Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)
				Postre especial

No gluten				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterà (ECO) (O)	Crema de llegum s/gluten i porro (ECO)	Patata al vapor (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Pasta s/al·lèrgens amb salsa de xampinyons (ECO) (L)
Truita de formatge (O, L)	Pollastre a la planxa	Cigrons estofats (ECO)	Pernilets de pollastre al romaní	Peix fresc segons mercat (C, M, P)
Enciam i olives (ECO)	Enciam i pastanaga (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Enciam i remolatxa (ECO)
Fruita de temporada (ECO)	logurt ECO a granel (L)		Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Pasta s/al·lèrgens amb salsa de verdures (ECO)	Crema de pastanaga (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L)
	Truita de carbassó (ECO) (O)	Carn d'au a la planxa	Cigrons estofats amb espinacs (ECO)	Abadejo al forn (P)
	Enciam i olives (ECO)	Arròs (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i carbassó (ECO)
	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)		Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Sopa de pasta s/al·lèrgens amb brou d'au (ECO)	Hummus de cigrons amb llesques de pa s/al·lèrgens (ECO) (G)	Crema de verdures i fonoll (ECO)
Truita francesa (O)	Mongetes blanques amb carbassa (ECO)	Lluç encebata (ECO) (P, M, C)	Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO)	Botifarra a la planxa (ECO) (S, D)
Enciam i remolatxa (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Moniato al forn (ECO)
logurt ECO a granel (L)		Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta s/al·lèrgens (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L)	La Castanyada!
Cigrons estofats (ECO)	Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O)	Fideus s/al·lèrgens amb peix (ECO) (S, C, P, M)	Quiche de pernil dolç i xampinyons (ECO) (L, O)	Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil (ECO) (L, S)
Fruita de temporada (ECO)	Enciam i olives (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i remolatxa (ECO)	Pollastre rostí
	Fruita de temporada (ECO)		Fruita de temporada (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)
				Postre especial

No lactosa, no plv				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterà (ECO) (O) Truita francesa (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de llegum i porro (ECO) (B) Pollastre a la planxa Enciam i pastanaga (ECO) logurt de soja (K, S)	Patata al vapor (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Pernilets de pollastre al romaní Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Pasta amb xampinyons (ECO) (B, O, S, W) Peix fresc segons mercat (C, M, P) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O) Truita de carbassó (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de pastanaga (ECO) Carn d'au al curri (ECO) (B, W) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons estofats amb espinacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Arròs amb verdures (ECO) Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Truita francesa (O) Enciam i remolatxa (ECO) logurt de soja (K, S)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (B, W, O, S) Lluç encebata (ECO) (P, M, C) Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G) Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO) Botifarra a la planxa (ECO) (S, D) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO) Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (B, W, O, S) Fideuà amb peix fresc segons mercat (ECO) (B, S, W, O, P, M, C) Fruita de temporada (ECO)	Arròs al pesto s/ formatge (ECO) Truita de xampinyons (ECO) (O) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	La Castanyada! Crema de carbassa i moniato (ECO) Pollastre a la cassola (ECO) (F, K, D, B, O, S, L, G) Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

No fruits secs

Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterià (ECO) (O)	Crema de llegum i porro (ECO) (B)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L)
Truita de formatge (O, L)	Croquetes de pollastre (P, C, B, O, L, S, W, A, M)	Llenties estofades amb verdures (ECO) (B)	Pernilets de pollastre al romaní	Peix fresc segons mercat (C, M, P)
Enciam i olives (ECO)	Enciam i pastanaga (ECO)		Enciam i blat de moro (ECO)	Enciam i remolatxa (ECO)
Fruita de temporada (ECO)	logurt ECO a granel (L)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb salsa de verdures (ECO) (integral) (B, S, W, O)	Crema de pastanaga (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L)
	Truita de carbassó (ECO) (O)	Carn d'au al curri (ECO) (B, W)	Cigrons estofats amb espinacs (ECO)	Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W)
	Enciam i olives (ECO)	Arròs (ECO)		Enciam i carbassó (ECO)
	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (B, W, O, S)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G)	Crema de verdures i fonoll (ECO)
Truita francesa (O)		Lluç encebata (ECO) (P, M, C)	Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO)	Botifarra a la planxa (ECO) (S, D)
Enciam i remolatxa (ECO)	Mongetes blanques amb carbassa (ECO)	Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Xips de moniato (ECO) (B, S, W)
logurt ECO a granel (L)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (B, W, O, S)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L)	La Castanyada!
Llenties estofades amb verdures (ECO) (B)	Ous durs amb sofregit de tomàquet (ECO) (O)	Fideuà amb peix fresc segons mercat (ECO) (B, S, W, O, P, M, C)	Quiche de pernil dolç i xampinyons (ECO) (L, O)	Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil (ECO) (L, S)
Fruita de temporada (ECO)	Enciam i olives (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i remolatxa (ECO)	Pollastre rostit
	Fruita de temporada (ECO)		Fruita de temporada (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)
				Fruita de temporada permesa (ECO)

No tomàquet

Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies vegeterià (ECO) (O)	Crema de llegum i porro (ECO) (B)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Macarrons amb salsa de xampinyons (ECO) (integral) (B, O, S, W, L)
Truita de formatge (O, L)	Croquetes de pollastre (P, C, B, O, L, S, W, A, M)	Llenties saltejades amb verdures (ECO) (B)	Pernilets de pollastre al romaní	Peix fresc segons mercat (C, M, P)
Enciam i olives (ECO)	Enciam i pastanaga (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Enciam i remolatxa (ECO)
Fruita de temporada (ECO)	logurt ECO a granel (L)		Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Espirals amb verdures saltejades (ECO) (B, S, W, O)	Crema de pastanaga (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L)
	Truita de carbassó (ECO) (O)	Carn d'au al curri (ECO) (B, W)	Cigrons saltejats (ECO)	Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W)
	Enciam i olives (ECO)	Arròs (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i carbassó (ECO)
	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)		Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs a les fines herbes (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO)	Sopa de pistons (amb brou d'au i verdures) (ECO) (B, W, O, S)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G)	Crema de verdures i fonoll (ECO)
Truita francesa (O)	Mongetes blanques saltejades (ECO)	Lluç encebata (ECO) (P, M, C)	Carn d'au amb salsa de xampinyons (ECO)	Botifarra a la planxa (ECO) (S, D)
Enciam i remolatxa (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Amanida d'espínacs i pastanaga (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)	Xips de moniato (ECO) (B, S, W)
logurt ECO a granel (L)		Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO)	Patata al vapor (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta (amb brou d'au) (ECO) (B, W, O, S)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L)	La Castanyada!
Llenties saltejades amb verdures (ECO) (B)	Ous durs (O)	Peix al forn (P, M, C)	Quiche de pernil dolç i xampinyons (ECO) (L, O)	Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil (ECO) (L, S)
Fruita de temporada (ECO)	Enciam i olives (ECO)	pasta saltejada	Enciam i remolatxa (ECO)	Pollastre al forn
	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Fruita de temporada (ECO)	Enciam i blat de moro (ECO)
				Postre especial

No ou				
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Arròs tres delícies s/ou (ECO) Peix al forn (P, M, C) Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de llegum i porro (ECO) (B) Pollastre a la planxa Enciam i pastanaga (ECO) logurt ECO a granel (L)	Patata amb beixamel (ECO) (L, B, S, W) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Pernilets de pollastre al romaní Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Pasta s/al·lèrgens amb salsa de xampinyons (ECO) (L) Peix fresc segons mercat (C, M, P) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Pasta s/al·lèrgens amb salsa de verdures (ECO) Llom a la planxa Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de pastanaga (ECO) Carn d'au al curri (ECO) (B, W) Arròs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Cigrons estofats amb espinacs (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Rissotto de verdures (ECO) (L) Abadejo enfarinat (ECO) (P, B, S, W) Enciam i carbassó (ECO) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Arròs amb tomàquet (ECO) (integral) Peix al forn (P, M, C) Enciam i remolatxa (ECO) logurt ECO a granel (L)	Verdura de temporada amb patata (ECO) Mongetes blanques amb carbassa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de pasta s/al·lèrgens amb brou d'au (ECO) Lluç encebata (ECO) (P, M, C) Amanida d'espinacs i pastanaga (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Hummus de cigrons amb llesques de pa (ECO) (G) Carn d'au amb salsa de verdures i xampinyons (ECO) Enciam i blat de moro (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Crema de verdures i fonoll (ECO) Botifarra a la planxa (ECO) (S, D) Xips de moniato (ECO) (B, S, W) Fruita de temporada (ECO)
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Verdura de temporada amb patata (ECO) Llenties estofades amb verdures (ECO) (B) Fruita de temporada (ECO)	Patates estofades amb verdures (ECO) Carn d'au amb salsa de tomàquet Enciam i olives (ECO) Fruita de temporada (ECO)	Sopa de cigrons, verdures i pasta s/al·lèrgens (ECO) Fideus s/al·lèrgens amb peix (ECO) (S, C, P, M) Fruita de temporada (ECO)	Arròs al pesto (ECO) (integral) (L) Peix al forn (P, M, C) Enciam i remolatxa (ECO) Fruita de temporada (ECO)	La Castanyada! Crema de carbassa i moniato amb encenalls de pernil (ECO) (L, S) Pollastre al forn Enciam i blat de moro (ECO) Postre especial

Propostes de sopar

Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Verdura cuinada Peix blau	Pasta / Arròs / Patata Proteïna vegetal	Amanida Carn blanca	Verdura cuinada Peix blanc	Amanida Ou
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
FESTIU	Verdura cuinada Peix blanc	Amanida Ou	Pasta / Arròs / Patata Peix blau	Verdura cuinada Carn blanca
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Amanida Peix blau	Verdura cuinada Ou	Pasta / Arròs / Patata Carn blanca	Verdura cuinada Proteïna vegetal	Amanida Peix blanc
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Pasta / Arròs / Patata Peix blau	Verdura cuinada Carn blanca	Amanida Proteïna vegetal	Verdura cuinada Ou	Amanida Peix blanc