



# MENÚ NOVEMBRE 2023

ESPECIAL AL·LÈRGIA FRUITS SECS

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		1 de novembre	2 de novembre	3 de novembre
		LLENTIES ESTOFADES <i>llentia castellana, ceba, allí, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdures</i>	CREMA DE CARABASSA carabassó, ceba, allí, pastanaga, carabassa, porro i patata	
		<b>ACOMPANYAMENT</b> AMANIDA VARIADA <i>enciam, tomàquet xerrí i crostons de pa,</i>	ALETES DE POLLASTRE AMB AMANIDA DE TOMÀQUET <i>pollastre, tomàquet, cogombre i olives</i>	
		FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	
6 de novembre	7 de novembre	8 de novembre	9 de novembre	10 de novembre
ARRÒS AMB TOMÀQUET <i>arròs i tomàquet natural</i>	CIGRONS ESTOFATS <i>cigró, ceba, allí, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdures</i>	MONGETA VERDA SALTEJADA AMB ALL I JULIVERT <i>mongeta verda, allí, julivert i oli d'oliva verge</i>	SOPA DE VERDURES AMB FIDEU INTEGRAL <i>api, porro, nap, xirivia, col, pastanaga, patata i pasta integral</i>	EMPEDRAT DE MONGETA <i>mongetes, tomàquet i olives</i>
CALAMARS ENCEBATS AMB VARIETAT D'ENCHIAMS <i>calamarsets, ceba, allí, vi blanc, pebre vermell, enciam romà i enciam trocadero</i>	<b>ACOMPANYAMENT</b> AMANIDA DE L'HORT <i>enciam romà, tomàquet, cogambre, pastanaga i olives</i>	GRATEN DE LLENTIES, QUINOA I VERDURES <i>llenties, tomàquet, ceba, allí, pastanaga, alfabregueta i mescla de formatges i quinoa</i>	DAUS DE GALL DINDI MARINATS AMB AMANIDA <i>pit de pollastre, oli d'oliva, orenga, llimona, pebrot verd, pebrot vermell i enciam</i>	TRUITA DE CARABASSÓ AMB PASTANAGA RATLLADA <i>ou líquid pasteuritzat, carabassó i pastanaga</i>
IOGURT NATURAL 13 de novembre	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
ESPIRALS AMB OLI I ALFÀBREGA AMB FORMATGE RATLLAT <i>pasta seca, alfabregueta, formatge ratllat i oli d'oliva</i>	CREMA DE VERDURES <i>ceba, carabassó, porro, pastanaga, carabassa i brou de verdures</i>	MONGETA BLANCA ESTOFADA <i>mongeta blanca, ceba, allí, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdures</i>	COLIFLOR AMB PATATA <i>coliflor i patata</i>	LLENTIES AMB ARRÒS <i>llentia castellana, arròs integral, ceba, allí, porro, pebrot vermell, tomàquet natural i pastanaga</i>
LLUÇ AMB SALSA VERDA I PÈSOLS <i>lliuc, ceba, porro, allí, pèsols i julivert</i>	REMENAT D'OU AMB PATATES AL FORN <i>ou líquid pasteuritzat i patates</i>	<b>ACOMPANYAMENT</b> AMANIDA VERDA <i>variats d'enchiams, cogambre, tomàquet, ceba i olives</i>	PERNIETS DE POLLASTRE AL FORN AMB AMANIDA <i>perniets de pollastre i enciam</i>	<b>ACOMPANYAMENT</b> AMANIDA CAPRESE <i>tomàquet natural, formatge, alfabregueta i olives</i>
IOGURT NATURAL 20 de novembre	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA
AMANIDA DE PASTA I TOMÀQUET <i>enciam, tomàquet xerrí, blat de moro i pasta seca</i>	CREMA DE PASTANAGA <i>pastanaga natural, ceba, porro, allí i patata</i>	HUMMUS DE CARABASSA AMB BASTONETS DE PA <i>cigrons, allí, carabassa, llimona, oli d'oliva i pa integral</i>	ARRÒS CALDÒS AMB POLLASTRE <i>arròs integral, carabassó, ceba, allí, pebrot vermell, pebrot verd, pastanaga i pollastre</i>	MENÚ DE LA GARROTXA <i>variats de bolets, ceba, porro, patata, carabassó i pastanaga</i>
LLENTIES ESTOFADES <i>llentia pardina, ceba, allí, porro, pebrot vermell, tomàquet triturat, pastanaga i brou de verdures</i>	TRUITA DE MONGETES SEQUES AMB ENCIAM I COGOMBRE <i>ou pasteuritzat, mongeta blanca cuita, allí, julivert, enciam iceberg i cogambre</i>	SALMÓ AL FORN AMB VERDURES I POMES <i>salmó, carabassó, porro, ceba i poma</i>	<b>ACOMPANYAMENT</b> PÈSOLS SALTEJATS AMB ALL <i>pèsols i allí</i>	ESTOFAT DE PORC <i>porc, patata, ceba, porro, allí, pastanaga i tomàquet</i>
FRUITA DE TEMPORADA 27 de novembre	IOGURT NATURAL	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	IOGURT DE LA GARROTXA
SOPA DE PEIX AMB PASTA <i>rap, lliuc, gambes, sèpia, ceba, porro, pebrot vermell, api, nap, xirivia i pasta seca</i>	BRÒQUIL AMB PATATA <i>bròquil i patata</i>	AMANIDA DE CIGRONS <i>cigrons, alfabregueta, cogambre i ceba</i>	ARRÒS AMB FABETES I VERDURES <i>arròs integral, allí, ceba, pebrot vermell, carabassó, albergínia, mongeta verda, faves baby i brou de verdures</i>	
<b>ACOMPANYAMENT</b> AMANIDA DE COL <i>col verda, col lombarda, ceba, maionesa i pastanaga</i>	GALL DINDI AMB SALSA DE LIMONA <i>gall dindi, ceba, porro, allí, llimona i brou de verdures</i>	OUR DUR AMB SALSA DE TOMÀQUET I VARIAT D'ENCHIAMS <i>ou dur, tomàquet natural i variat d'enchiams</i>	<b>ACOMPANYAMENT</b> AMANIDA VARIADA <i>enciam, tomàquet xerrí i crostons de pa,</i>	
IOGURT NATURAL AMB FRUITS VERMELLS	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	FRUITA DE TEMPORADA	