

				1
				Amanida de quinoa amb tomàquet, pastanaga i pinyons Canalons d'espínacs Fruita de temporada  *dia verd
4	5	6	7	8
	Raviolis amb tomàquet Salmó al forn Enciam i cogombre Fruita de temporada	Arròs amb panses i pinyons Fricandó de carxofes Enciam, tomàquet i remolatxa Fruita de temporada  *dia verd	Cigróns estofats amb espínacs Truita de tonyina amb amanida d'enciams i tomàquet Fruita de temporada	Sopa de verdures Lluç amb salsa verda Enciam i tomàquet Fruita de temporada
11	12	13	14	15
Crema de carabassa Hamburguesa de seitán Enciam, tomàquet i olives iogurt  *dia verd	Arròs amb tomàquet i ou dur Llom al forn amb ceba i pebrot Enciam i col llombarda Fruita de temporada	Fideuada Bacallà amb samfaina Enciam i tomàquet Fruita de temporada	Llenties estofades amb arròs Pit de pollastre arrebossat Enciam, ceba tendra i tomàquet Fruita de temporada	Coca de tonyina Conill amb verdures Enciam i tomàquet Fruita de temporada
18	19	20	21	22
Macarrons amb pernil, tonyina i maionesa Truita de carbassó Enciam, tomàquet i remolatxa iogurt	Arròs amb sofregit de ceba i xampinyons Falafels amb salsa de iogurt Enciam i tomàquet Fruita de temporada  *dia verd	Sopa d'au amb pistons Fricandó de vedella Enciam i tomàquet Fruita de temporada	Minestra de verdures (mongeta, pastanaga, faves i patata) Llobarro a la planxa Enciam, tomàquet i olives Fruita de temporada	Cigróns amb bacó i dàtils Estofats de gall dindi amb verdures Enciam i tomàquet Fruita de temporada
25	26	27	28	29
Crema de carbassó Pit de pollastre a la planxa amb salsa de xampinyons iogurt	Espagueti al pesto Bastonets de lluç amb llesques de tomàquet i orenga Fruita de temporada	Arròs integral amb verdures Amanida de l'hort, tomàquet i fruits secs Fruita de temporada  *dia verd	Amanida de llenties (tonyina, blat de moro i olives) Truita de pebrot amb enciam Fruita de temporada	Romanesco amb patates Orada a pla planxa amb amanida d'enciams i cogombre Fruita de temporada

- Fruita de temporada: Poma, kiwi, taronja, peres i mandarina
- Verdures i hortalisses de temporada: Faves, pèsols, porros, api, espínacs, carxofes i bledes