

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	2 Crema de pèsols ECO amb rostes de pa (1) Tires de pollastre saltejat amb verdures (carbassó i pastanaga) amb amanida d'enciam i cogombre ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	3 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor gratinats amb formatge (1,7) Filet de salmó a la planxa amb amanida de tomàquet a daus ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	4 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Llenties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	5 Bròquil amb pastanaga i patates Fricandó de vedella amb bolets Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
8 Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Pollastre estofat amb ceba, tomàquet i alberginia ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	9 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	10 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) Cuètes de rap en salsa verda amb amanida de canonges (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	11 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de llenties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	12 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1) Pollastre a la planxa amb amanida de tomàquet a daus ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
15 Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, Sardines enfarinades sense espina (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	16 Mongetes seques ECO estofades (ceba, tomàquet) Filet de lluç a la planxa amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	17 Consomé de verdures natural (9) Arròs ECO a la cassola (ceba, tomàquet i pèsols) amb daus de gall dindi Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	18 Ensaladilla russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, olives rodanxa) ECO Fesols negres estofats amb pastanaga ECO i pebrot vermell Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	19 Crema de porros amb rostes de pa casolanes (1) Porc a la planxa amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
22 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Mongetes vermelles ECO saltejades amb carbassó i carbassa Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	23 Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet Bacallà al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	24	25 Amanida de pasta ECO (daus de tomàquet i cogombre i pastanaga) Filet de lluç a la planxa amb amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges) (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	26 Mongeta tendra amb patates ECO al vapor Cigrons ECO estofats amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell i ceba) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
29 Pèsols estofats amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) ECO Pit de pollastre arrebossat sense ou (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	30 Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (all tendre, mongeta tendra i) Gall d'indi a la planxa amb amanida d'enciam ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)			

BERENAR

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb tomàquet i gall dindi (1) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Pa integral amb crema d'alvocat, tomàquet i ceba (1) + fruita



1. GLUTEN



2. CRUSTACEOS



3. HUEVO



4. PESCADO



5. CACAHUETE



6. SOJA



7. LECHE



8. FRUTOS SECOS



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SESAMO



12. SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES

Carlota Vicens Marti
núm. col. CAT 001467

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	2 Crema de pèsols ECO amb rostes de pa (1) Tires de pollastre saltejat amb verdures (carbassó i pastanaga) amb amanida d'enciam i cogombre ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	3 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor gratinats amb formatge (1,7) Truita de carbassó i amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	4 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Llenties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	5 Bròquil amb pastanaga i patates Fricandó de vedella amb bolets variats Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
8 Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Pollastre estofat amb ceba, tomàquet i alberginia ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	9 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	10 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) Cuetes de rap en salsa verda amb amanida de canonges (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	11 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de llenties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	12 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1) Truita francesa amb amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
15 Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, sardines enfarinades sense espina (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	16 Mongetes seques ECO estofades (ceba, tomàquet) Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga ratllada (1,3,7) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	17 Consomé de verdures natural (9) Arròs ECO a la cassola (ceba, tomàquet i pèsols) amb daus de gall dindi Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	18 Amanida de patata (daus de tomàquet, ceba i ou dur) (3) ECO Fesols negres estofats amb pastanaga ECO i pebrot vermell Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	19 Crema de porros amb rostes de pa casolanes (1) Porc a la planxa amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
22 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Mongetes vermelles ECO saltejades amb carbassó i carbassa Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	23 Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet Bacallà al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	24	25 Amanida de pasta ECO (daus de tomàquet i cogombre i pastanaga) Truita de xampinyons i amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges) (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	26 Mongeta tendra amb patates ECO al vapor Cigrons ECO estofats amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell i ceba) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
29 Pèsols estofats amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) ECO Pit de pollastre arrebossat (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,3,6,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	30 Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (all tendre, mongeta tendra i) Truita de patates amb amanida d'enciam ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)			

BERENAR				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb tomàquet i gall dindi (1) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Pa integral amb formatge d'untar (1,3,7) + fruita



EBM El Blauet

MENÚ TEMPORADA DE CALOR- JUNY 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	2 Crema de pèsols ECO amb rostes de pa (1) Tires de pollastre saltejat amb verdures (carbassó i pastanaga) amb amanida d'enciam i cogombre ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	3 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor (1) Truita de farina de cigró i carbassó amb amanida de tomàquet a daus ECO (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	4 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Llenties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	5 Bròquil amb pastanaga i patates Filet de luç amb salsa i bolets (4) Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
8 Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Pollastre estofat amb ceba, tomàquet i alberginia ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	9 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	10 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) Cuetes de rap en salsa verda amb amanida de canonges (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	11 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de llenties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	12 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1) Truita francesa amb amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
15 Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, sardines enfarinades sense espina (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	16 Mongetes seques ECO estofades (ceba, tomàquet) Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada (1,3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	17 Consomé de verdures natural (9) Arròs ECO a la cassola (ceba, tomàquet i pèsols) amb daus de gall dindi Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	18 Amanida de patata (daus de tomàquet, ceba i ou dur) (3) ECO Fesols negres estofats amb pastanaga ECO i pebrot vermell Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	19 Crema de porros amb rostes de pa casolanes (1) Porc a la planxa amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
22 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Mongetes vermelles ECO saltejades amb carbassó i carbassa Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	23 Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet Bacallà al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	24	25 Amanida de pasta ECO (daus de tomàquet i cogombre i pastanaga) Truita de xampinyons i amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges) (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	26 Mongeta tendra amb patates ECO al vapor Cigrons ECO estofats amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell i ceba) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
29 Pèsols estofats amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) ECO Pit de pollastre arrebossat (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,3,6,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	30 Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (all tendre, mongeta tendra i) Truita de patates amb amanida d'enciam ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)			

BERENAR				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb tomàquet i gall dindi (1) + fruita	logurt de soja (1,6,8) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt de soja (1,6,8) + fruita	Pa integral amb crema d'alvocat, tomàquet i ceba (1) + fruita



EBM El Blauet

MENÚ TEMPORADA DE CALOR- JUNY 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	2 Crema de carbassó amb rostes de pa (1) Hamburguesa de lleties amb amanida d'enciam i cogombre (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	3 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor gratinats amb formatge (1,7) Truita de carbassó i amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	4 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Lleties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	5 Bròquil amb pastanaga i patates Filet de luç amb salsa i bolets (4) Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
8 Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Tofu estofat amb ceba, tomàquet i albergínia (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	9 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	10 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) Cuètes de rap en salsa verda amb amanida de canonges (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	11 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de lleties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	12 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1) Truita francesa amb amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
15 Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, Sardines enfarinades sense espina (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	16 Mongetes seques ECO estofades (ceba, tomàquet) Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga ratllada (1,3,7) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	17 Consomé de verdures natural (9) Arròs ECO a la cassola amb verdures i daus de tofu (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	18 Amanida de patata (daus de tomàquet, ceba i ou dur) (3) ECO Fesols negres estofats amb pastanaga ECO i pebrot vermell Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	19 Crema de porros amb rostes de pa casolanes (1) Hamburguesa de cigrons amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
22 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Mongetes vermelles ECO saltejades amb carbassó i carbassa Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	23 Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet Bacallà al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	24	25 Amanida de pasta ECO (daus de tomàquet i cogombre i pastanaga) Truita de xampinyons i amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges) (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	26 Mongeta tendra amb patates ECO al vapor Cigrons ECO estofats amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell i ceba) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
29 Pèsols estofats amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) ECO Tofu arrebossat sense ou amb amanida de pastanaga ratllada (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	30 Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (all tendre, mongeta tendra i) Truita de patates amb amanida d'enciam ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)			

BERENAR				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb formatge d'untar (1,3,7) + fruita	log nat sense ensucrar (7)/ logurt de soja (1,6,8) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Pa integral amb formatge d'untar (1,3,7) + fruita



EBM El Blauet

MENÚ TEMPORADA DE CALOR- JUNY 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Hamburguesa de lleties amanida d'enciam ECO (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	2 Crema de carbassó amb rostes de pa (1) Tires de tofu saltejat amb verdures (carbassó i pastanaga) amb amanida d'enciam i cogombre (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	3 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor (1) Truita de farina de cigró i carbassó amb amanida de tomàquet a daus ECO (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	4 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Lleties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	5 Bròquil amb pastanaga i patates Estofat de tofu amb bolets (1,6,7,8,9,10,11) Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
8 Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Tofu estofat amb ceba, tomàquet i albergínia (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	9 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	10 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) Tofu en salsa verda amb amanida de canonges (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	11 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de lleties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	12 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1) Truita de farina de cigró i pastanaga amb amanida de tomàquet a daus ECO (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
15 Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, tofu enfarinat amb amanida de pastanaga ratllada (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	16 Mongetes seques ECO estofades (ceba, tomàquet) Truita de farina de cigró i carbassó amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	17 Consomé de verdures natural (9) Arròs ECO a la cassola amb verdures i daus de tofu (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	18 Ensaladilla russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, olives rodanxa) ECO Fesols negres estofats amb pastanaga ECO i pebrot vermell Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	19 Crema de porros amb rostes de pa casolanes (1) Hamburguesa de cigrons amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
22 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Mongetes vermelles ECO saltejades amb carbassó i carbassa Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	23 Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet Tofu al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	24	25 Amanida de pasta ECO (daus de tomàquet i cogombre i pastanaga) Truita de farina de cigró i xampinyons amb amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges) (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	26 Mongeta tendra amb patates ECO al vapor Cigrons ECO estofats amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell i ceba) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
29 Pèsols estofats amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) ECO Tofu arrebossat sense ou amb amanida de pastanaga ratllada (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	30 Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (all tendre, mongeta tendra i) Truita de patates amb farina de cigró i amanida d'enciam ECO (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)			

BERENAR				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pà integral amb crema d'alvocat, tomàquet i ceba (1) + fruita	logurt de soja (1,6,8) + fruita	Bastonets de pà integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt de soja (1,6,8) + fruita	Pà integral amb crema d'alvocat, tomàquet i ceba (1) + fruita



EBM El Blauet

MENÚ TEMPORADA DE CALOR- JUNY 2026

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Hamburguesa de lleties amanida d'enciam ECO (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	2 Crema de carbassó amb rostes de pa (1) Tires de tofu saltejat amb verdures (carbassó i pastanaga) amb amanida d'enciam i cogombre (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	3 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor gratinats amb formatge (1,7) Truita de carbassó i amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	4 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Lleties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	5 Bròquil amb pastanaga i patates Estofat de tofu amb bolets (1,6,7,8,9,10,11) Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
8 Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Tofu estofat amb ceba, tomàquet i albergínia (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	9 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	10 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) Tofu en salsa verda amb amanida de canonges (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	11 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de lleties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	12 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1) Truita francesa amb amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
15 Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, Tofu enfarinat amb amanida de pastanaga ratllada (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	16 Mongetes seques ECO estofades (ceba, tomàquet) Truita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga ratllada (1,3,7) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	17 Consomé de verdures natural (9) Arròs ECO a la cassola amb verdures i daus de tofu (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	18 Amanida de patata (daus de tomàquet, ceba i ou dur) (3) ECO Fesols negres estofats amb pastanaga ECO i pebrot vermell Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	19 Crema de porros amb rostes de pa casolanes (1) Hamburguesa de cigrons amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
22 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Mongetes vermelles ECO saltejades amb carbassó i carbassa Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	23 Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet Tofu al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	24	25 Amanida de pasta ECO (daus de tomàquet i cogombre i pastanaga) Truita de xampinyons i amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges) (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	26 Mongeta tendra amb patates ECO al vapor Cigrons ECO estofats amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell i ceba) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
29 Pèsols estofats amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) ECO Tofu arrebossat sense ou amb amanida de pastanaga ratllada (1,6,7,8,9,10,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	30 Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (all tendre, mongeta tendra i) Truita de patates amb amanida d'enciam ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)			

BERENAR				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb formatge d'untar (1,3,7) + fruita	log nat sense ensucrar (7)/ logurt de soja (1,6,8) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Pa integral amb formatge d'untar (1,3,7) + fruita



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	2 Crema de pèsols ECO amb rostes de pa (1) Tires de pollastre saltejat amb verdures (carbassó i pastanaga) amb amanida d'enciam i cogombre ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	3 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor gratinats amb formatge (1,7) Truita de farina de cigró i carbassó amb amanida de tomàquet a daus ECO (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	4 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Llenties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	5 Bròquil amb pastanaga i patates Fricandó de vedella amb bolets Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
8 Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Pollastre estofat amb ceba, tomàquet i alberginia ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	9 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	10 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) Cuètes de rap en salsa verda amb amanida de canonges (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	11 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de llenties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	12 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1) Truita de farina de cigró i pastanaga amb amanida de tomàquet a daus ECO (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
15 Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, sardines enfarinades sense espina (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	16 Mongetes seques ECO estofades (ceba, tomàquet) Truita de farina de cigró i carbassó amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	17 Consomé de verdures natural (9) Arròs ECO a la cassola (ceba, tomàquet i pèsols) amb daus de gall dindi Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	18 Ensaladilla russa (patata, pastanaga, mongeta tendra, olives rodanxa) ECO Fesols negres estofats amb pastanaga ECO i pebrot vermell Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	19 Crema de porros amb rostes de pa casolanes (1) Porc a la planxa amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
22 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Mongetes vermelles ECO saltejades amb carbassó i carbassa Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	23 Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet Bacallà al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	24	25 Amanida de pasta ECO (daus de tomàquet i cogombre i pastanaga) Truita de farina de cigró i xampinyons amb amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges) (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	26 Mongeta tendra amb patates ECO al vapor Cigrons ECO estofats amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell i ceba) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
29 Pèsols estofats amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) ECO Pit de pollastre arrebossat sense ou (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	30 Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (all tendre, mongeta tendra i) Truita de patates amb farina de cigró i amanida d'enciam ECO (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)			

BERENAR				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb tomàquet i gall dindi (1) + fruita	log nat sense ensucrar (7)/ logurt de soja (1,6,8) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt natural sense ensucrar (7) + fruita	Pa integral amb crema d'alvocat, tomàquet i ceba (1) + fruita



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 Amanida d'arròs ECO (mongeta, pastanaga ratllada i tomàquet a daus) Filet de lluç al forn amb amanida d'enciam ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	2 Crema de pèsols ECO amb rostes de pa (1) Tires de pollastre saltejat amb verdures (carbassó i pastanaga) amb amanida d'enciam i cogombre ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	3 Espirals integrals ECO amb crema de coliflor (1) Truita de farina de cigró i carbassó amb amanida de tomàquet a daus ECO (1,6,8,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	4 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Llenties estofades amb arròs (1) ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	5 Bròquil amb pastanaga i patates Fricandó de vedella amb bolets Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
8 Fideuada de verdures (alls tendres, pastanaga i xampinyons) (1,9) Pollastre estofat amb ceba, tomàquet i albergínia ECO Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	9 Mongeta tendra amb patata al vapor ECO Cigrons ECO estofats amb verdures (ceba, tomàquet) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	10 Paella de verdures de temporada (mongeta tendra, pastanaga i porro) Cuetes de rap en salsa verda amb amanida de canonges (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	11 Verdura tricolor ECO (Bròquil, coliflor i carbassa) al vapor Amanida de llenties ECO (pastanaga ratllada i tomàquet a daus) (1) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	12 Crema de pastanaga ECO amb rostes de pa (1) Truita francesa amb amanida de tomàquet a daus ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
15 Cuscús saltejat amb verdures (mongeta tendra, alls tendres, sardines enfarinades sense espina (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	16 Mongetes seques ECO estofades (ceba, tomàquet) Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga ratllada (1,3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	17 Consomé de verdures natural (9) Arròs ECO a la cassola (ceba, tomàquet i pèsols) amb daus de gall dindi Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	18 Amanida de patata (daus de tomàquet, ceba i ou dur) (3) ECO Fesols negres estofats amb pastanaga ECO i pebrot vermell Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	19 Crema de porros amb rostes de pa casolanes (1) Porc a la planxa amb amanida de pastanaga i rave ratllats ECO Macedònia de fruita temporada ECO + pa integral (1,11)
22 Menestra de verdures de temporada ECO (patata, pastanaga, mongeta) Mongetes vermelles ECO saltejades amb carbassó i carbassa Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	23 Arròs integral ECO saltejat amb all amb salsa de tomàquet Bacallà al forn amb llit de ceba i pebrot verd i amanida de pastanaga ratllada ECO (4) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	24	25 Amanida de pasta ECO (daus de tomàquet i cogombre i pastanaga) Truita de xampinyons i amanida d'assortit d'enciams ECO (enciam i canonges) (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	26 Mongeta tendra amb patates ECO al vapor Cigrons ECO estofats amb verdures (pebrot verd, pebrot vermell i ceba) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)
29 Pèsols estofats amb verdures (pebrot verd, vermell i tomàquet) ECO Pit de pollastre arrebossat (forn) amb amanida de pastanaga ratllada ECO (1,3,6,11) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)	30 Quinoa integral ECO saltejada amb verdures (all tendre, mongeta tendra i) Truita de patates amb amanida d'enciam ECO (3) Fruita de temporada ECO + pa integral (1,11)			

BERENAR				
DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Pa integral amb tomàquet i gall dindi (1) + fruita	logurt de soja (1,6,8) + fruita	Bastonets de pa integral amb hummus (1,11) + fruita	logurt de soja (1,6,8) + fruita	Pa integral amb crema d'alvocat, tomàquet i ceba (1) + fruita

