

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
27	28	29	30	-Sopa de <b>peix</b> amb <b>arròs integral</b> - <b>Peix</b> fresc s/mercat amb crudités de colirave i pastanaga -Fruita  <b>1</b>
-Trinxat de <b>patata i col</b> amb oli d'all -Ales de <b>pollastre ecològic</b> amb s/barbacoa i amanida -Iogurt <b>4</b>	- <b>Mill</b> amb s/de pastanaga i tomàquet -Estofat de magre de <b>porc</b> amb amanida -Fruita <b>5</b>			
-Crema d' <b>api-rave i porros</b> - <b>Bacallà</b> amb <b>patates</b> gratinades amb musselina d'all i amanida -Fruita <b>11</b>	- <b>Cigrons</b> amb romesco de carbassa - <b>Pizza</b> casolana de verdures i formatge amb amanida -Iogurt <b>12</b>	- <b>Patata, pastanaga i bledes</b> de colors al vapor -Hamburguesa de vedella i <b>porc</b> amb amanida -Fruita <b>13</b>	- <b>Llenties</b> estofades amb sofregit de verdures -Boletes <b>d'arròs i bacallà</b> amb amanida -Fruita <b>14</b>	- <b>Fideuà</b> de verdures amb alloli casolà (de llet) - <b>Pollastre</b> a la planxa amb crudités (raves i colirave) -Fruita <b>15</b>
- <b>Cigrons</b> amb tahine de sèsam - <b>Arròs integral</b> amb s/ de carbassa i xampinyons -Fruita  <b>18</b>	- <b>Spaguettis</b> amb carbonara vegetal - <b>Peix</b> amb amanida -Fruita <b>19</b>	<b>MENÚ DE FESTA TRIAT PER VOTACIÓ POPULAR</b>  <b>20</b>		
<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>

Aquest menú ha estat elaborat per La XupXup i revisat per Gemma Oña (dietista col·legiada núm. CAT/00719)

**Els nostres productes ecològics estan certificats i garantits pels segells d'Intereco i Ecolocal**

El 100% de les nostres verdures i fruites són de producció ecològica de proximitat i de temporada (excepte el pèsol)

Totes les farines, els cereals, la pasta i les llenties vermelles són ecològiques i de proximitat.

Els arrossos i la resta de llegums dependran de les collites de cada any

Els iogurts, la llet, els ous durs i els de la truita són frescos, sencers, de producció ecològica i de productors catalans

La carn de vedella és de certificació IGP "Vedella dels Pirineus Catalans". El pollastre és de sacrifici halal

El peix fresc prové de les costes del Mediterrani i del Cantàbric i es pesca seguint mètodes respectuosos

Els fruits secs són ecològics i del camp de Tarragona i el pa s'elabora al forn Elias amb farina semi-integral ecològica

Cuinem i amanim amb oli d'oliva arbequina verge extra de la D.O. P. Siurana (Tarragona).



Menú de cullera



Menú tradicional



Peix fresc de costa



Menú de festa

