



SETEMBRE SÒLID 2025



DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
Llenties estofades amb bulgur G	Crema de bròquil i pastanaga	Amanida de pasta amb poma, blat de moro i pastanaga G	Mongetes verdes amb patata i AOVE	Arròs amb tomàquet natural
Nuggets de pollastre al forn G	Truita de patata i ceba H	Pit de gall dindi al forn amb salsa de carbassó	Eglefino al forn amb salsa de pebrot vermell P	Seitan amb salsa de bolets G,S
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt natural L	Fruita de temporada
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
Fideus de cassola amb verdures G,A	Crema de porro i pastanaga	Cigrons estofats	FESTIU	Macarrons integrals amb tomàquet natural
Lluç al forn amb salsa de cogombre P	Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet natural	Pollastre marinat al forn amb salsa de pastanaga		Truita de patata i ceba H
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt natural L		Fruita de temporada
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
Mongetes blanques estofades amb pastanaga	Amanida d'arròs amb blat de moro, olives i pastanagues	Guisat de verdures	Macarrons integrals amb tamote natural G	Crema de carbassó
Mandonguilles de verdures i soja amb salsa de pèsols G,S	Filet de lluç arrebossat al forn G,P	Pit de gall dindi al forn amb salsa de porro	Truita francesa H	Hamburguesa de vedella amb salsa d'albergínia D
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt natural L	Fruita de temporada	Fruita de temporada
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
Brou de verdures amb pasta A,G	Mongetes verdes amb patata i AOVE	FESTIU	Crema de coliflor i pastanaga	Amanida d'arròs amb pastanaga, blat de moro i olives
Bunyols de bacallà al forn P,G,H	Pollastre marinat al forn amb salsa de pastanaga		Botifarra de pagès amb salsa de carbassó D	Truita de patata i ceba H
Fruita de temporada	Iogurt natural L		Fruita de temporada	Fruita de temporada
DILLUNS 29	DIMARTS 30			
Cigrons estofats amb pastanagues i patates	Amanida de pasta amb blat de moro, pastanaga i poma G			
Lluç al forn amb salsa de porro P	Truita francesa H			
Iogurt natural L	Fruita de temporada			

CAP A UN MENÚ MÉS SALUDABLE I SOSTENIBLE

- Augmentem la presència de llegums.
- Les nostres fruites i verdures són més ecològiques i de proximitat, canviant la fruita segons la temporada.
- Els llegums, arròs, pasta, bulgur, seitan, quinoa, tofu (soja no transgènica) i ous que utilitzem per preparar els nostres plats també són d'origen ecològic.
- No afegim sucre als nostres plats, per la qual cosa els iogurts que servim són naturals i sense sucre. Sempre utilitzem Oli d'Oliva Verge Extra (AOVE).
- Les nostres pastes són integrals facilitant la digestió
- Incloem pa blanc o integral, a elecció del centre, cada dia.
- Per garantir una bona salut, hem reduït els aliments processats i eliminat tots els fregits.