

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES



3

FESTIU

4

ESPIRALS MARCIANS

CROQUETES DE POLLASTRE AMB
ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

655,50 Kcal

Sopar:

Amanida variada
Peix al forn amb arròs pilaf

5

ESTOFAT DE LLENTIES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA AMB
FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA
RATLLADA

PA I FRUITA

596,88 Kcal

Sopar:

Trinxat de bledes
Gall dindi al forn

6

CREMA DE CARBASSA

PEIX DE MERCAT AMB DAUS DE
TOMÀQUET

PA I FRUITA

549,30 Kcal

Sopar:

Sopa de pistons
Ous al plat

7

BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

RODÓ DE GALL DINDI ROSTIT AMB
SALSA DE PASTANAGA

PA I FRUITA

562,30 Kcal

Sopar:

Hummus de cigrons amb bastons de
pastanaga
Hamburguesa vegetal

10

PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA

SALSITXES D'AU AMB ENCIAM I
PATANAGA

PA I FRUITA

556,58 Kcal

Sopar:

Cuscús amb verdures
Sípia a la planxa

11

**MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE
CARDONA**

**CIGRONS ESTOFATS AMB XORIÇ DE
CARDONA**

**POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA
AMB SUQUET**

PA DE PESSIC

730 Kcal

Crema de carbassa
Truita a la francesa

12

ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I
TOMÀQUET

ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA
MARINERA

PA I FRUITA

593,37 Kcal

Sopar:

Sopa de verdures
Gall dindi al forn

13

ESTOFAT DE MONGETA BLANCA

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB
ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

613,73 Kcal

Sopar:

Mongeta verda amb pastanaga i ceba
Aletes de pollastre al forn

14

FIDEUS A LA CASSOLA

LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I
TOMÀQUET

PA I FRUITA

658,16 Kcal

Sopar:

Minestra de verdures amb arròs
Nuggets vegetals

17

VERDURA TRICOLOR (MONGETA,
PASTANAGA I COLIFLOR)

MACARRONS AMB BOLONYESA
VEGETAL

PA I FRUITA

563,47 Kcal

Sopar:

Llenties saltades amb verdures
Remenat d'ou

18

CREMA DE VERDURES

BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I
TOMÀQUET

PA I FRUITA

577,39 Kcal

Sopar:

Amanida d'arròs integral
Magra d'au a la planxa

19

SOPA D'AU AMB FIDEUS I LLEGUM

PERNILETS DE POLLASTRE A LA
LLIMONA AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

553,82 Kcal

Sopar:

Quinoa amb verdures
Peix al forn

20

ARRÒS MAR I MONTANYA

PEIX DE MERCAT AMB ENCIAM I
PASTANAGA

PA I FRUITA

634,57 Kcal

Sopar:

Crema de pèsols
Gall dindi a la planxa

21

ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ

SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA"

**KEBAB (ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE
GALL DINDI, CEBA I PEBROT)
GELATINA TURCA**

700 Kcal

Amanida de primavera
Truita a la francesa

24

ESPIRALS A LA CARBONARA

LLUÇ A LA MARINERA AMB ENCIAM

PA I FRUITA

670,49 Kcal

Sopar:

Espinacs a la catalana
Pollastre a la planxa

25

LLENTIES ESTOFADES

TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

528,15 Kcal

Sopar:

Crema de verdures
Peix al forn

26

CREMA DE LLEGUM

ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES
PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN

PA I IOGURT KM 0

619,01 Kcal

Sopar:

Amanida variada amb fruita
Ous al forn

27

SOPA DE PEIX AMB FIDEUS

ESTOFAT DE VEDELLA AMB VERDURES

PA I FRUITA

551,91 Kcal

Sopar:

Cigrons saltats
Hamburguesa vegetal

28

CREMA DE VERDURES

PIZZA CASOLANA A L'ESTIL LA
FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ,
DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I
MOZZARELLA)

PA I FRUITA

616,62 Kcal

Sopar:

Arròs integral amb tomàquet
Varetes de lluç

31

MENÚ SORPRESA

DILLUNS

3

FESTIU

10

PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA

SALSITXES D'AU* AMB ENCIAM I PATANAGA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

17

VERDURA TRICOLOR (MONGETA, PASTANAGA I COLIFLOR)

PASTA S/ GLUTEN AMB BOLONYESA DE CARN S/FORMATGE NI LACTIS

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

24

PASTA S/ GLUTEN AMB TOMÀQUET S/FORMATGE

LLUÇ A LA MARINERA* AMB ENCIAM

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

31

MENÚ SORPRESA

MENÚ SENSE GLUTEN, LACTOSA, PROTEÏNA DE LLET NI SOJA

DIMARTS

4

PASTA S/ GLUTEN MARCIANA* S/FORMATGE

POLLASTRE ARREBOSSAT** S/AL·LÈRGENS AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

11

MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE CARDONA

CIGRONS* ESTOFATS S/XORIÇ

POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA AMB SUQUET*

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

18

CREMA DE VERDURES S/LACTIS

BACALLÀ S/ENFARINAR A LA LLAUNA AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

25

LLENTIES S/ GLUTEN ESTOFADES

TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

DIMECRES

5

ESTOFAT DE LLENTIES S/ GLUTEN AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA S/FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA RATLLADA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

12

ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET

ANELLES DE CALAMAR AMB SALSAMARINERA*

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

19

SOPA D'AU AMB PASTA S/ GLUTEN I LLEGUM* (BROU S/AL·LÈRGENS)

PERNILETS DE POLLASTRE A LA LLIMONA* AMB PASTANAGA RATLLADA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

26

CREMA DE LLEGUM S/ GLUTEN NI LACTIS

ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

DIJOUS

6

CREMA DE CARBASSA S/LACTIS

PEIX DE MERCAT S/ENFARINAR AMB DAUS DE TOMÀQUET

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

13

ESTOFAT DE MONGETA BLANCA*

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

20

ARRÒS MAR I MONTANYA

PEIX DE MERCAT S/ENFARINAR AMB ENCIAM I PASTANAGA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

27

SOPA DE PEIX AMB PASTA S/ GLUTEN (BROU S/AL·LÈRGENS)

ESTOFAT* DE VEDELLA AMB VERDURES

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

DIVENDRES

7

BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

RODÓ* DE GALL DINDI ROSTIT AMB SALSAMARINERA* DE PASTANAGA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

14

PASTA S/ GLUTEN A LA CASSOLA

LLUÇ AL FORN S/ENFARINAR AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

21

ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ

SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA" S/ GLUTEN

ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE GALL DINDI, CEBA I PEBROT S/PA DE PITA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

28

CREMA DE VERDURES S/LACTIS

PIZZA S/ GLUTEN CASOLANA S/AL·LÈRGENS A L'ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, DAUS DE GALL DINDI*) S/FORMATGE NI MOZZARELLA

PA SENSE GLUTEN I FRUITA

*INGREDIENTS SENSE GLUTEN, LACTOSA, PROTEÏNA DE LLET DE VACA NI SOJA (verificar fitxes de proveïdors)

** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
3 FESTIU	4 PASTA S/ GLUTEN MARCIANA* S/CEBA NI FORMATGE POLLASTRE ARREBOSSAT** S/AL·LÈRGENS AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	5 ARRÒS AMB VERDURES PERMESES TRUITA A LA FRANCESA S/FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA RATLLADA PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	6 CREMA DE CARBASSA I VERDURES PERMESES S/LACTIS NI CEBÀ PEIX DE MERCAT S/ENFARINAR AMB DAUS DE TOMÀQUET PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	7 BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA RODÓ* DE GALL DINDI ROSTIT AMB SALSÀ* DE PASTANAGA S/CEBA PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA
10 PATATA AMB VERDURES PERMESES SALSITXES D'AU* AMB ENCIAM I PATANAGA PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	11 MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE CARDONA PASTA S/ GLUTEN AMB VERDURES PERMESES POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA AMB SUQUET* PA SENSE GLUTEN I IOGURT NATURAL S/LACTOSA O FRUITA PERMESA	12 ARRÒS AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET S/CEBA ANELLES DE CALAMAR AMB VERDURES PERMESES PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	13 PATATES AMB VERDURES PERMESES TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	14 PASTA S/ GLUTEN A LA CASSOLA AMB VERDURES PERMESES LLUÇ AL FORN S/ENFARINAR AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA
17 MONGETA I PASTANAGA S/COLIFLOR PASTA S/ GLUTEN AMB BOLONYESA DE CARN S/CEBA, FORMATGE NI LACTIS PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	18 CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS BACALLÀ AL FORN S/ENFARINAR AMB ENCIAM I TOMÀQUET S/LLEGUM PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	19 SOPA D'AU AMB PASTA S/ GLUTEN (BROU S/AL·LÈRGENS) S/LLEGUM PERNILETS DE POLLASTRE AL FORN AMB PASTANAGA RATLLADA PA SENSE GLUTEN I IOGURT NATURAL S/LACTOSA O FRUITA PERMESA	20 ARRÒS AMB VERDURES PERMESES PEIX DE MERCAT S/ENFARINAR AMB ENCIAM I PASTANAGA PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	21 ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ PASTA S/ GLUTEN AMB VERDURES PERMESES GALL DINDI A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA SENSE GLUTEN I IOGURT NATURAL S/LACTOSA O FRUITA PERMESA
24 PASTA S/ GLUTEN AMB TOMÀQUET S/FORMATGE NI CEBÀ LLUÇ A LA MARINERA* AMB ENCIAM PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	25 PATATES AMB VERDURES PERMESES TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	26 CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS NI LLEGUM ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN (AMB VERDURES PERMESES) PA SENSE GLUTEN I IOGURT NATURAL S/LACTOSA O FRUITA PERMESA	27 SOPA* DE PEIX AMB PASTA S/ GLUTEN (BROU S/AL·LÈRGENS) ESTOFAT* DE VEDELLA AMB VERDURES PERMESES PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA	28 CREMA DE VERDURES PERMESES S/LACTIS PIZZA S/ GLUTEN CASOLANA S/AL·LÈRGENS A L'ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, DAUS DE GALL DINDI*) S/CEBA, FORMATGE NI MOZZARELLA PA SENSE GLUTEN I FRUITA PERMESA
31 MENÚ SORPRESA MENÚ BAIX EN FODMAPS				

*INGREDIENTS SENSE GLUTEN NI LACTOSA (verificar fitxes de proveïdors)

DIETA SENSE LLEGUMS. SEGUIR EL LLISTAT D'ALIMENTS PERMESOS I DESACONSELLATS (EVITAR: XICOIRA, ALL, CARXOFA, MONIATO, CEBÀ, COLIFLOR, ESPÀRRECS, FONGS, BLAT DE MORO, PORRO, REMOLATXA, YUCA. MODERAR: API I CARBASSA.)

FRUITA PERMESA: MADUIXES, KIWI, MELÓ, MANDARINA, TARONJA, RAÏM, PINYA.

DIETA SENSE SUCRES AFEGITS NI DOLÇOS.

DILLUNS

3

FESTIU

DIMARTS

4

PASTA S/GLUTEN MARCIANA*

POLLASTRE ARREBOSSAT**
S/AL·LÈRGENS AMB ENCIAM I
TOMÀQUET

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

DIMECRES

5

ESTOFAT DE LLENTIES **S/GLUTEN** AMB
VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA AMB
FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA
RATLLADA

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

DIJOUS

6

CREMA DE CARBASSA

PEIX DE MERCAT **S/ENFARINAR** AMB
DAUS DE TOMÀQUET

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

DIVENDRES

7

BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

RODÓ* DE GALL DINDI ROSTIT AMB
SALSA* DE PASTANAGA

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

10

PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA

SALSITXES D'AU* AMB ENCIAM I
PATANAGA

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

11

MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE
CARDONA

CIGRONS* ESTOFATS AMB XORIÇ*

POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA
AMB SUQUET*

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

12

ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I
TOMÀQUET

ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA
MARINERA*

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

13

ESTOFAT DE MONGETA BLANCA*

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB
ENCIAM I TOMÀQUET

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

14

PASTA S/GLUTEN A LA CASSOLA

LLUÇ AL FORN **S/ENFARINAR** AMB
ENCIAM I TOMÀQUET

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

17

VERDURA TRICOLOR (MONGETA,
PASTANAGA I COLIFLOR)

PASTA S/GLUTEN AMB BOLONYESA DE
VERDURES

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

18

CREMA DE VERDURES

BACALLÀ **S/ENFARINAR** A LA LLAUNA
AMB ENCIAM I TOMÀQUET

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

19

SOPA D'AU AMB **PASTA S/GLUTEN** I
LLEGUM* (**BROU S/AL·LÈRGENS**)

PERNILETS DE POLLASTRE A LA
LLIMONA* AMB PASTANAGA
RATLLADA

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

20

ARRÒS MAR I MONTANYA

PEIX DE MERCAT **S/ENFARINAR** AMB
ENCIAM I PASTANAGA

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

21

ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ
SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA"
S/GLUTEN

ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE GALL
DINDI, CEBA I PEBROT S/PA DE PITA
PA SENSE GLUTEN I FRUITA

24

PASTA S/GLUTEN AMB TOMÀQUET

LLUÇ A LA MARINERA* AMB ENCIAM

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

25

LLENTIES **S/GLUTEN** ESTOFADES

TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

26

CREMA DE LLEGUM **S/GLUTEN**

ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES
PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

27

SOPA DE PEIX AMB **PASTA S/GLUTEN**
(**BROU S/AL·LÈRGENS**)

ESTOFAT* DE VEDELLA AMB VERDURES

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

28

CREMA DE VERDURES

PIZZA **S/GLUTEN** CASOLANA
S/AL·LÈRGENS A L'ESTIL LA FORQUILLA
(TOMÀQUET CASOLÀ, DAUS DE GALL
DINDI*) AMB FORMATGE NI
MOZZARELLA

PA **SENSE GLUTEN** I FRUITA

31

MENÚ SORPRESA
MENÚ SENSE GLUTEN

*INGREDIENTS SENSE GLUTEN NI SOJA (verificar fitxes de proveïdors)

** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 FESTIU	4 ESPIRALS MARCIANA* S/FORMATGE POLLASTRE ARREBOSSAT** S/AL·LÈRGENS AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	5 ESTOFAT DE LLENTIES AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA S/FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	6 CREMA DE CARBASSA S/LACTIS PEIX DE MERCAT AMB DAUS DE TOMÀQUET PA I FRUITA	7 BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA RODÓ* DE GALL DINDI ROSTIT AMB SALSA* DE PASTANAGA PA I FRUITA
10 PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA SALSITXES D'AU* AMB ENCIAM I PATANAGA PA I FRUITA	11 MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE CARDONA CIGRONS* ESTOFATS AMB XORIÇ POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA AMB SUQUET* PA DE PESSIC S/LACTICS	12 ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA* PA I FRUITA	13 ESTOFAT DE MONGETA BLANCA S/LACTIS TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	14 FIDEOS A LA CASSOLA LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA
17 VERDURA TRICOLOR (MONGETA, PASTANAGA I COLIFLOR) MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL S/FORMATGE NI LACTIS PA I FRUITA	18 CREMA DE VERDURES S/LACTIS BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	19 SOPA D'AU AMB FIDEUS I LLEGUMS (BROU S/AL·LÈRGENS) PERNILETS DE POLLASTRE A LA LLIMONA* AMB PASTANAGA RATLLADA PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA	20 ARRÒS MAR I MONTANYA PEIX DE MERCAT AMB ENCIAM I PASTANAGA PA I FRUITA	21 ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA" KEBAB (ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE GALL DINDI, CEBA I PEBROT) GELATINA TURCA
24 ESPIRALS AMB SALSA DE TOMÀQUET S/FORMATGE LLUÇ A LA MARINERA* AMB ENCIAM PA I FRUITA	25 LLENTIES ESTOFADES TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	26 CREMA DE LLEGUM S/ LACTIS ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN PA* I IOGURT NATURAL S/LACTOSA	27 SOPA DE PEIX AMB FIDEUS (BROU S/AL·LÈRGENS) ESTOFAT* DE VEDELLA AMB VERDURES PA I FRUITA	28 CREMA DE VERDURES S/LACTIS PIZZA S/GLUTEN CASOLANA S/AL·LÈRGENS A L'ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, DAUS DE GALL DINDI*) S/FORMATGE NI MOZZARELLA PA I FRUITA
31 MENÚ SORPRESA MENÚ SENSE LACTOSA				

*INGREDIENTS SENSE LACTOSA (verificar fitxes de proveïdors)

** FREGITS EN OLI NOU I A PART. ELABORAR ELS PLATS EN UNA PLANXA NETA I EL FORN A PART.

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 FESTIU	4 ESPIRALS MARCIANS POLLASTRE ARREBOSSAT** S/FRUITS SECS AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	5 ESTOFAT DE LLENTIES AMB VERDURES S/FRUITS SECS TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	6 CREMA DE CARBASSA PEIX DE MERCAT AMB DAUS DE TOMÀQUET PA I FRUITA	7 BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA RODÓ* DE GALL DINDI ROSTIT AMB SALSA DE PASTANAGA S/FRUITS SECS PA I FRUITA
10 PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA SALSITXES D'AU* AMB ENCIAM I PASTANAGA PA I FRUITA	11 MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE CARDONA CIGRONS ESTOFATS S/FRUITS SECS AMB XORIC* DE CARDONA POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA AMB SUQUET* PA DE PESSIC S/FRUITS SECS	12 ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA MARINERA* PA I FRUITA	13 ESTOFAT DE MONGETA BLANCA S/FRUITS SECS TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	14 FIDEUS A LA CASSOLA S/FRUITS SECS LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA
17 VERDURA TRICOLOR (MONGETA, PASTANAGA I COLIFLOR) MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL* PA I FRUITA	18 CREMA DE VERDURES BACALLÀ A LA LLAUNA S/FRUITS SECS AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	19 SOPA D'AU AMB FIDEUS I LLEGUM PERNILETS DE POLLASTRE A LA LLIMONA* AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT KM 0	20 ARRÒS MAR I MONTANYA PEIX DE MERCAT AMB ENCIAM I PASTANAGA PA I FRUITA	21 ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA" S/FRUITS SECS KEBAB S/FRUITS SECS (ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE GALL DINDI, CEBA I PEBROT) GELATINA* TURCA
24 ESPIRALS A LA CARBONARA* LLUÇ A LA MARINERA* AMB ENCIAM PA I FRUITA	25 LLENTIES ESTOFADES S/FRUITS SECS TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	26 CREMA DE LLEGUM ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN S/FRUITS SECS PA I IOGURT KM 0	27 SOPA DE PEIX AMB FIDEUS ESTOFAT DE VEDELLA AMB VERDURES S/FRUITS SECS PA I FRUITA	28 CREMA DE VERDURES PIZZA CASOLANA* A L'ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, DAUS DE GALL DINDI*, FORMATGE I MOZZARELLA) PA I FRUITA
31 MENÚ SORPRESA MENÚ SENSE FRUITS SECS				

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTIU

4

ESPIRALS MARCIANS
CROQUETES DE POLLASTRE AMB
ENCIAM I TOMÀQUET
PA I FRUITA

5

PATATES ESTOFADES S/PÈSOLS
TRUITA A LA FRANCESA AMB
FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA
RATLLADA
PA I FRUITA

6

CREMA DE CARBASSA
PEIX DE MERCAT AMB DAUS DE
TOMÀQUET
PA I FRUITA

7

BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA
RODÓ* DE GALL DINDI ROSTIT AMB
SALSA DE PASTANAGA *
PA I FRUITA

10

VERDURA S/PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA
SALSITXES D'AU AMB ENCIAM I
PATANAGA
PA I FRUITA

11

**MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE
CARDONA**
PASTA AMB VERDURES S/PÈSOLS
**POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA
AMB SUQUET
PA DE PESSIC**

12

ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I
TOMÀQUET
ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA
MARINERA
PA I FRUITA

13

PATATES ESTOFADES S/PÈSOLS
TRUITA DE CEBA I PATATA AMB
ENCIAM I TOMÀQUET
PA I FRUITA

14

FIDEUS A LA CASSOLA
LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I
TOMÀQUET
PA I FRUITA

17

VERDURA TRICOLOR (MONGETA,
PASTANAGA I COLIFLOR)
MACARRONS AMB BOLONYESA
VEGETAL
PA I FRUITA

18

CREMA DE VERDURES
BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I
TOMÀQUET
PA I FRUITA

19

SOPA D'AU AMB FIDEUS **S/ LLEGUM**
PERNILETS DE POLLASTRE A LA
LLIMONA AMB PASTANAGA RATLLADA
PA I IOGURT KM 0

20

ARRÒS MAR I MONTANYA
PEIX DE MERCAT AMB ENCIAM I
PASTANAGA
PA I FRUITA

21

ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ
ARRÒS AMB VERDURES
**KEBAB (ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE
GALL DINDI, CEBA I PEBROT)
GELATINA TURCA**

24

ESPIRALS A LA CARBONARA
LLUÇ A LA MARINERA AMB ENCIAM
PA I FRUITA

25

PASTA AMB VERDURES S/PÈSOLS
TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES
PA I FRUITA

26

PATATES ESTOFADES S/PÈSOLS
ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES
PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN
PA I IOGURT KM 0

27

SOPA DE PEIX AMB FIDEUS
ESTOFAT DE VEDELLA AMB VERDURES
PA I FRUITA

28

CREMA DE VERDURES
PIZZA CASOLANA A L'ESTIL LA
FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ,
DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I
MOZZARELLA)
PA I FRUITA

31

MENÚ SORPRESA SENSE LLEGUM

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 FESTIU	4 ESPIRALS MARCIANS POLLASTRE ARREBOSSAT** AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	5 ESTOFAT DE LLENTIES AMB VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMB FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	6 CREMA DE CARBASSA HAMBURGUESA VEGETAL* AMB DAUS DE TOMÀQUET PA I FRUITA	7 BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA RODÓ DE GALL DINDI ROSTIT AMB SALS DE PASTANAGA PA I FRUITA
10 PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA SALSITXES D'AU AMB ENCIAM I PATANAGA PA I FRUITA	11 MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE CARDONA CIGRONS ESTOFATS AMB XORIÇ DE CARDONA POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA AMB SUQUET PA DE PESSIC	12 ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET OUS DURS AMB Salsa* PA I FRUITA	13 ESTOFAT DE MONGETA BLANCA TRUITA DE CEBA I PATATA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	14 FIDEUS A LA CASSOLA HAMBURGUESA VEGETAL* AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA
17 VERDURA TRICOLOR (MONGETA, PASTANAGA I COLIFLOR) MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL PA I FRUITA	18 CREMA DE VERDURES TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	19 SOPA D'AU AMB FIDEUS I LLEGUM PERNILETS DE POLLASTRE A LA LLIMONA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT KM 0	20 ARRÒS MAR I MONTANYA FINGERS DE MOZZARELLA** AMB ENCIAM I PASTANAGA PA I FRUITA	21 ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA" KEBAB (ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE GALL DINDI, CEBA I PEBROT) GELATINA TURCA
24 ESPIRALS A LA CARBONARA OUS DURS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET I ENCIAM PA I FRUITA	25 LLENTIES ESTOFADES TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	26 CREMA DE LLEGUM ARRÒS DE VERDURES PA I IOGURT KM 0	27 SOPA D'AU AMB FIDEUS ESTOFAT DE VEDELLA AMB VERDURES PA I FRUITA	28 CREMA DE VERDURES PIZZA CASOLANA A L'ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I MOZZARELLA) PA I FRUITA
31 MENÚ SORPRESA SENSE PEIX				

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3 FESTIU	4 PASTA S/OU MARCIANS POLLASTRE ARREBOSSAT** S/OU AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	5 ESTOFAT DE LLENTIES AMB VERDURES TRUITA DE FARINA DE CIGRÓ AMB FORMATGE RATLLAT I PASTANAGA RATLLADA PA I FRUITA	6 CREMA DE CARBASSA PEIX DE MERCAT AMB DAUS DE TOMÀQUET PA I FRUITA	7 BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA RODÓ DE GALL DINDI ROSTIT AMB SALS DE PASTANAGA PA I FRUITA
10 PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA SALSITXES D'AU AMB ENCIAM I PATANAGA PA I FRUITA	11 MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE CARDONA CIGRONS ESTOFATS AMB XORIÇ DE CARDONA POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA AMB SUQUET PA DE PESSIC	12 ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET ANELLES DE CALAMAR AMB SALS MARINERA PA I FRUITA	13 ESTOFAT DE MONGETA BLANCA TRUITA DE FARINA DE CIGRÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	14 PASTA S/OU A LA CASSOLA LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA
17 VERDURA TRICOLOR (MONGETA, PASTANAGA I COLIFLOR) PASTA S/OU AMB BOLONYESA VEGETAL* PA I FRUITA	18 CREMA DE VERDURES BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I TOMÀQUET PA I FRUITA	19 SOPA D'AU AMB PASTA S/OU I LLEGUM PERNILETS DE POLLASTRE A LA LLIMONA AMB PASTANAGA RATLLADA PA I IOGURT KM 0	20 ARRÒS MAR I MONTANYA PEIX DE MERCAT AMB ENCIAM I PASTANAGA PA I FRUITA	21 ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA" KEBAB (ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE GALL DINDI, CEBA I PEBROT) GELATINA TURCA
24 PASTA S/OU A LA CARBONARA* LLUÇ A LA MARINERA AMB ENCIAM PA I FRUITA	25 LLENTIES ESTOFADES TRUITA DE FARINA DE CIGRÓ AMB ENCIAM I OLIVES PA I FRUITA	26 CREMA DE LLEGUM ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN PA I IOGURT KM 0	27 SOPA DE PEIX AMB PASTA S/OU ESTOFAT DE VEDELLA AMB VERDURES PA I FRUITA	28 CREMA DE VERDURES PIZZA CASOLANA* AL ESTIL LA FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ, DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE* I MOZZARELLA) PA I FRUITA
31 MENÚ SORPRESA SENSE OU				

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTIU

4

ESPIRALS MARCIANS

POLLASTRE ARREBOSSAT** AMB
ENCIAM I TOMÀQUET
PA I FRUITA

5

ESTOFAT DE LLENTIES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA AMB
FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA
RATLLADA
PA I FRUITA

6

CREMA DE CARBASSA

PEIX DE MERCAT AMB DAUS DE
TOMÀQUET
PA I FRUITA

7

BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

RODÓ DE GALL DINDI ROSTIT AMB
SALSA DE PASTANAGA
PA I FRUITA

10

PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA

SALSITXES D'AU AMB ENCIAM I
PATANAGA

PA I FRUITA

11

**MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE
CARDONA**

**CIGRONS ESTOFATS S/ XORIÇ DE
CARDONA**

**POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA
AMB SUQUET
PA DE PESSIC**

12

ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I
TOMÀQUET

ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA
MARINERA

PA I FRUITA

13

ESTOFAT DE MONGETA BLANCA

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB
ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

14

FIDEUS A LA CASSOLA **S/VEDELLA**

LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I
TOMÀQUET

PA I FRUITA

17

VERDURA TRICOLOR (MONGETA,
PASTANAGA I COLIFLOR)

MACARRONS AMB BOLONYESA
VEGETAL

PA I FRUITA

18

CREMA DE VERDURES

BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I
TOMÀQUET

PA I FRUITA

19

SOPA D'AU AMB FIDEUS I LLEGUM

PERNILETS DE POLLASTRE A LA
LLIMONA AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

20

ARRÒS MAR I MONTANYA

PEIX DE MERCAT AMB ENCIAM I
PASTANAGA

PA I FRUITA

21

ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ

SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA"

**KEBAB (ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE
GALL DINDI, CEBA I PEBROT)**

GELATINA TURCA

24

ESPIRALS A LA CARBONARA

LLUÇ A LA MARINERA AMB ENCIAM

PA I FRUITA

25

LLENTIES ESTOFADES

TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

26

CREMA DE LLEGUM

ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES
PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN

PA I IOGURT KM 0

27

SOPA DE PEIX AMB FIDEUS

TRUITA A LA FRANCESA AMB
VERDURES

PA I FRUITA

28

CREMA DE VERDURES

PIZZA CASOLANA A L'ESTIL LA
FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ,
DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I
MOZZARELLA)

PA I FRUITA

31

MENÚ SORPRESA SENSE VEDELLA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTIU

4

ESPIRALS MARCIANS

POLLASTRE ARREBOSSAT** AMB
ENCIAM I TOMÀQUET
PA I FRUITA

5

ESTOFAT DE LLENTIES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA AMB
FORMATGE LLESCAT I PASTANAGA
RATLLADA
PA I FRUITA

6

CREMA DE CARBASSA

PEIX DE MERCAT AMB DAUS DE
TOMÀQUET
PA I FRUITA

7

BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

RODÓ DE GALL DINDI ROSTIT AMB
SALSA DE PASTANAGA
PA I FRUITA

10

PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA

SALSITXES D'AU AMB ENCIAM I
PATANAGA

PA I FRUITA

11

**MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE
CARDONA**

**CIGRONS ESTOFATS S/ XORIÇ DE
CARDONA**

**POLLASTRE DELS SENYOR DE CARDONA
AMB SUQUET
PA DE PESSIC**

12

ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I
TOMÀQUET

ANELLES DE CALAMAR AMB SALSA
MARINERA

PA I FRUITA

13

ESTOFAT DE MONGETA BLANCA

TRUITA DE CEBA I PATATA AMB
ENCIAM I TOMÀQUET

PA I FRUITA

14

FIDEUS A LA CASSOLA **S/PORC**

LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I
TOMÀQUET

PA I FRUITA

17

VERDURA TRICOLOR (MONGETA,
PASTANAGA I COLIFLOR)

MACARRONS AMB BOLONYESA
VEGETAL

PA I FRUITA

18

CREMA DE VERDURES

BACALLÀ A LA LLAUNA AMB ENCIAM I
TOMÀQUET

PA I FRUITA

19

SOPA D'AU AMB FIDEUS I LLEGUM

PERNILETS DE POLLASTRE A LA
LLIMONA AMB PASTANAGA RATLLADA

PA I IOGURT KM 0

20

ARRÒS MAR I MONTANYA

PEIX DE MERCAT AMB ENCIAM I
PASTANAGA

PA I FRUITA

21

ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ

SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA"

**KEBAB (ENCIAM, TOMÀQUET, CARN DE
GALL DINDI, CEBA I PEBROT)**

GELATINA TURCA

24

ESPIRALS A LA CARBONARA

LLUÇ A LA MARINERA AMB ENCIAM

PA I FRUITA

25

LLENTIES ESTOFADES

TRUITA AMB ENCIAM I OLIVES

PA I FRUITA

26

CREMA DE LLEGUM

ARRÒS DEL SENYORET (GAMBETES
PELADES, MUSCLOS I SIPIETA) AL FORN

PA I IOGURT KM 0

27

SOPA DE PEIX AMB FIDEUS

ESTOFAT DE VEDELLA AMB VERDURES

PA I FRUITA

28

CREMA DE VERDURES

PIZZA CASOLANA A L'ESTIL LA
FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ,
DAUS DE GALL DINDI, FORMATGE I
MOZZARELLA)

PA I FRUITA

31

MENÚ SORPRESA SENSE PORC

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

3

FESTIU

4

ESPIRALS MARCIANS

FINGERS DE VERDURES AMB ENCIAM I
TOMÀQUET
PA I FRUITA

5

ESTOFAT DE LLENTIES AMB VERDURES

**TRUITA DE FARINA DE CIGRÓ S/
FORMATGE** RATLLAT I PASTANAGA
RATLLADA
PA I FRUITA

6

CREMA DE CARBASSA

HAMBURGUESA VEGETAL AMB DAUS
DE TOMÀQUET
PA I FRUITA

7

BRÒQUIL AMB PATATA BULLIDA

FALAFELS AMB SALSA DE PASTANAGA
PA I FRUITA

10

PÈSOLS AMB PATATA BULLIDA

HAMBURGUESA VEGETAL AMB ENCIAM I
PASTANAGA
PA I FRUITA

11

**MENÚ DE COMARCA EL CASTELL DE
CARDONA**

**CIGRONS ESTOFATS S/ XORIÇ DE
CARDONA**
MANDONGUILLES DE VERDURES
PA I **POSTRES DE SOJA**

12

ARRÒS AMB SOFREGIT DE CEBA I
TOMÀQUET

**ANELLES DE VERDURES AMB SALSA DE
VERDURES**
PA I FRUITA

13

ESTOFAT DE MONGETA BLANCA

TRUITA DE FARINA DE CIGRÓ AMB
ENCIAM I TOMÀQUET
PA I FRUITA

14

FIDEUS A LA CASSOLA **S/PORC**

VARETES DE VERDURES AMB ENCIAM I
TOMÀQUET
PA I FRUITA

17

VERDURA TRICOLOR (MONGETA,
PASTANAGA I COLIFLOR)

MACARRONS AMB BOLONYESA
VEGETAL

PA I FRUITA

18

CREMA DE VERDURES

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES

PA I FRUITA

19

SOPA **VEGETAL** AMB FIDEUS I LLEGUM

HAMBURGUESA VEGETAL AMB
PASTANAGA RATLLADA

PA I **POSTRES DE SOJA**

20

ARRÒS AMB **VERDURES**

FINGERS DE VERDURES AMB ENCIAM I
PATANAGA

PA I FRUITA

21

ÀPAT TEMÀTIC LA GLOBALITZACIÓ

SOPA LLEUGERA DE LLENTIES "CORBA"
**KEBAB (ENCIAM, TOMÀQUET, S/ GALL
DINDI, CEBA I PEBROT)**
GELATINA TURCA

24

ESPIRALS AMB **OLI D OLIVA**

HAMBURGUESA VEGETAL AMB
ENCIAM

PA I FRUITA

25

LLENTIES ESTOFADES

TRUITA DE FARINA DE CIGRÓ AMB
ENCIAM

PA I FRUITA

26

CREMA DE LLEGUM

ARRÒS AMB **VERDURES**

PA I **POSTRES DE SOJA**

27

SOPA **VEGETAL** AMB FIDEUS

ESTOFAT **DE PATATES AMB VERDURES**

PA I FRUITA

28

CREMA DE VERDURES

PIZZA CASOLANA A L'ESTIL LA
FORQUILLA (TOMÀQUET CASOLÀ,
SENSE DAUS DE GALL DINDI,
FORMATGE I MOZZARELLA)

PA I FRUITA

31

MENÚ SORPRESA VEGÀ