



Setmana	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
1	Llenties trempades amb ou bullit i sofregit de ceba i pebre vermell logurt	Sofregit de bacallà, ciurons, tomàtiga i pebre verd Cireres	Ous farcits de crema de ciurons i pebre bord, acompanyats d'ensalada variad logurt	Conill amb un sofregit de tomàtiga, ceba i pebre vermell, acompanyat de pa de sègol Meló	Guisat de vedella, ciurons, pebre verd i tomàtiga logurt	Sardines acompanyades d'ensalada d'arròs integral i cogombre Prunes	Ciurons trempats amb albergínia, pebre vermell fumat i cuscús Menjar blanc amb ametla i canyella
2	Lluç cuit al forn, acompanyat de patata, pebre verd i ceba logurt	Remenat d'ous i mongetes, acompanyats de ceba morada i patata rostida Plàtan	Llenties trempades amb mongeta tendra, salsa de sèsam i patata logurt	Llobarro torrat, carabassó i pebre vermell Figues	Pollastre torrat, acompanyat d'ensalada d'arròs, cogombre i tomàtiga logurt	Fesols acompanyats de puré de patata i tomàtiga amb oli d'oliva verge Síndria	Hamburguesa casolana de vedella, pa integral i ensalada de tomàtiga i cogombre Gelat d'ametla amb llimona i canyella
3	Estofat de llenties amb patata i carabassó, acompanyat de pa torrat logurt	Cuixa de pollastre rostida, carabassó al forn, acompanyada de blat sarraí Pruna	Orada acompanyada de ciurons trempats amb ceba morada i tomàtiga seca logurt	Mongetes tendres trempades amb ou bullit i vinagreta de mostassa, acompanyades d'arròs integral Cireres	Ciurons trempats amb tàperes, ceba, herbes fresques i formatge tendre logurt	Ous escaldats, acompanyats de salsa de tomàtiga casolana i alfàbrega, i patata rostida Meló	Emperador acompanyat de blat sarraí saltat amb mongetes tendres Pastís de figues i ametla
4	Estofat de conill amb pebre verd, ceba i patata logurt	Ensalada de fesols, tomàtiga, julivert i arròs integral Figues	Lluç acompanyat d'arròs saltat amb ceba i carabassó logurt	Llenties trempades amb pebre torrat i ametlles, acompanyades de pa integral Poma	Molls acompanyats d'un sofregit de tomàtiga i api, acompanyats de pa de sègol logurt	Truita de carabassó i ceba tendra, acompanyada d'arròs integral Síndria	Gall dindi torrat, acompanyat d'ensalada de quinoa, albergínia i pebre verd Sorbet de melicó amb herbes dolces