

MENÚ BASAL

OCTUBRE 2026

Dijous 1

Risotto integral amb parmesà i xampinyons

Botifarra de pollastre amb pastanaga rostida

Fruita

Divendres 2

Amanida campera (patata, tomàquet, ceba, pebrot i olives)

Peix fresc amb salsa de tomàquet i amanida

Làctics sense sucres afegits

Dilluns 5

Macarrons a la napolitana

Llom de porc amb tomàquet amanit

Làctics sense sucres afegits

Dimarts 6

Llenties a la cassola

Truita de carbassó amb amanida verda

Fruita

Dimecres 7

Crema de carbassa

Peix fresc al forn amb pisto

Fruita

Dijous 9

Coliflor amb patata i formatge gratinat

Contracuixa de gall d'indi al forn amb moniato

Fruita

Divendres 8

Arròs integral a la cassola amb pollastre i pebrot

Peix fresc al forn amb salsa verda i amanida

Fruita

Dilluns 12**FESTIU****Dimarts 13**

Cigrons estofats amb pastanaga i patata

Pit de pollastre al forn amb pebrot verd

Làctics sense sucres afegits

Dimecres 14

Paella de verdures

Peix fresc al forn amb ceba caramel·litzada i amanida

Fruita

Dijous 15

Espaguetis integrals amb pesto

Truita de pernil i formatge amb tomàquet amanit

Fruita

Divendres 16

Purè de moniato, carbassa i pastanaga

Hamburguesa de pollastre amb amanida

Fruita

Dilluns 19

Mongeta tendra amb patates

Peix fresc al forn amb all i julivert amb amanida

Fruita

Dimarts 20

Potatge de mongetes blanques

Estofat de vedella en salsa de bolets amb amanida

Fruita

Dimecres 21

Tallarins al aglio e olio

Truita de patates i ceba amb pebrot al forn

Fruita

Dijous 22

Arròs amb tomàquet

Peix fresc al forn a la llimona amb amanida

Fruita

Divendres 23

Sopa de galets

Pollastre al forn amb enciam, cogombre i olives

Làctics sense sucres afegits

Dilluns 26

Bledes a la catalana

Ragut de gall dindi al forn amb carxofes

Fruita

Dimarts 27

Amanida de llenties (llenties cuites, tomàquet, olives i ou)

Peix al forn en salsa verda amb amanida

Fruita

Dimecres 28

Pasta integral amb bolonyesa de tonyina

Llom de porc al forn amb verdures al forn

Fruita

Dijous 29

Arròs xinès

Pollastre rostit amb amanida

Làctics sense sucres afegits

Divendres 30

Pizza (masa de pizza, tomàquet i pernil cuit)

Remenat d'ou amb pebrot

Fruita