



Tots els aliments subratllats són locals d'Osona i el Lluçanès.

- Pollastre (granja 50% i ecològic 25%)
- Vedella
- Porc
- Ou fresc i ecològic
- Formatge fresc de cabra
- logurt de vaca

Amb valor afegit...

-  Verdures fresques, de temporada i ecològiques
-  Patata i moniato ecològic
-  Arròs integral ecològic.
-  Pasta ecològica (50% integral)
-  Peix fresc (més informació a la web)
-  Fruita fresca de temporada (50% ecològica)
-  Pa (50% integral)
-  L'oli d'oliva extra verge per amanir i cuinar
-  Sal iodada

Si vols més informació sobre els menús i una guia sobre possibles propostes de sopar consulta

www.mengemdaquiosona.cat

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Patata, pastanaga i bledes <u>Truita</u> de formatge Enciams variats amanits Fruita de temporada 3	Bròquil amb patata <u>Truita</u> de patata i espinacs Amanida verda d'enciams variats amb fulla de roure sense fruits secs Fruita de temporada 4	Amanida d'enciams, pastanaga ratllada, <u>formatge fresc</u> i vinagreta sense fruits secs Macarrons integrals a la bolonyesa de <u>vedella</u> Fruita de temporada 5	Crema de carbassa amb rostos de pa al forn <u>Pollastre</u> al forn al curri Amanida d'enciams amb remolatxa i carbassa Fruita de temporada 6	Arròs amb verdures Peix fresc Amanida d'enciams variats amb escarola i pera <u>logurt</u> natural 7
Coliflor amb patata <u>Truita</u> de carbassa i patata Amanida verda d'enciams variats amb fulla de roure sense fruits secs Fruita de temporada 10	Sopa de verdures amb arròs Pit de pollastre a la planxa Amanida d'enciams amb nap i oli cítric Fruita de temporada 11	Crema de pastanaga i carbassa amb rostos de pa al forn Fideus a la cassola amb <u>botifarra</u> i <u>costella de porc</u> Fruita de temporada 12	Bròquil amb patata Pit de pollastre arrebossat Amanida d'enciams amb pastanaga, nap i olives verdes <u>logurt</u> natural 13	Arròs integral amb salsa de tomàquet Peix fresc Verdures al forn Fruita de temporada 14
Amanida de carbassa amb <u>formatge fresc</u> Pit de pollastre a la planxa amb arròs i oli d'oliva Fruita de temporada 17	Romanesco i pastanagues amb patata <u>Truita</u> de formatge Amanida verda d'enciams variats amb fulla de roure sense fruits secs Fruita de temporada 18	Arròs integral amb salsa vermella <u>Truita</u> a la francesa Enciams variats amanits Fruita de temporada 19	Bròquil amb patata <u>Pollastre</u> amb ceba i naps Enciams variats amanits <u>logurt</u> natural 20	Crema de coliflor, ceba i patata amb rostos de pa al forn Fideus rossejats amb sèpia i canana Fruita de temporada 21
Crema de carbassa amb rostos de pa al forn Macarrons amb pollastre i sofregit Fruita de temporada 24	Arròs integral amb salsa de tomàquet <u>Truita</u> de porro i pastanaga Amanida verda d'enciams variats amb fulla de roure sense fruits secs Fruita de temporada 25	Coliflor amb patata <u>Hamburguesa de vedella</u> a la planxa amb salsa de xampinyons Fruita de temporada 26	Caldo vegetal amb pasta <u>Pollastre</u> rostit Amanida d'enciams amb pastanaga, nap i olives verdes Fruita de temporada 27	Pastanagues i patata bullida amb oli d'oliva Peix fresc Amanida d'enciams variats amb escarola i pera <u>logurt</u> natural 28
Bròquil i pastanagues amb patata Pit de pollastre a la planxa amb verdures d'hivern Fruita de temporada 31				