



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)
-  Llegum ecològica (cigrons, lenties i mongetes)
-  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](http://www.mengemdaquiosona.cat)

| DILLUNS                                                                                                                                                                                                                                          | DIMARTS                                                                                                                                                                                                                                                  | DIMECRES                                                                                                                                                                                                                          | DIJOUS                                                                                                                                                                                                                                                      | DIVENDRES                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>2</p> <p>Espirals amb salsa d'ametlles<br/><u>Truita</u> de carbassó i ceba<br/>Amanida d'enciams amb cogombre<br/>Fruita de temporada</p>                   | <p>3</p> <p>Mongeta tendra amb patata<br/>Croquetes de cigró amb salsa <u>tzatziki</u><br/>Amanida d'enciams amb pastanaga i olives verdes<br/>Fruita de temporada</p>  | <p>4</p> <p>Llenties amb arròs i oli d'oliva<br/>Formatge vegà<br/>Amanida d'enciams amb pipes torrades<br/>Fruita de temporada</p>                                                                                               | <p>5</p> <p>Amanida de patata i tomàquet<br/><u>Pollastre</u> rostit amb verdures i herbes aromàtiques<br/>Fruita de temporada</p>                                       | <p>6</p> <p><i> festa major </i></p> <p>Croquetes de mill<br/>Entrepà de <u>botifarra</u><br/>Patates rosses<br/>Quètxup i maionesa<br/>Gelats de gel</p>  |
| <p>9</p> <p>Arròs amb verdures i salsa de tomàquet<br/>Falafel amb salsa de <u>logurt</u><br/>Amanida d'enciams amb pipes torrades<br/>Fruita de temporada</p>  | <p>10</p> <p>Llenties amb verdures d'estiu<br/><u>Truita</u> de patata i ceba<br/>Tomàquet amanit<br/>Fruita de temporada</p>                                           | <p>11</p> <p>Trinxat de temporada<br/><u>Pollastre</u> al forn amb ceba<br/>Pastanaga ratllada i fulles d'enciams<br/>Fruita de temporada</p>  | <p>12</p> <p>Crema de carbassó amb rostres de pa al forn<br/><u>Pilotilles de porc amb tela</u> i samfaina<br/>Fruita de temporada</p>                                   | <p>13</p> <p>Amanida de tomàquets i <u>formatge</u> fresc<br/>Fideus a la cassola amb cigrons i verdures<br/><u>logurt</u> natural</p>                     |
| <p>16</p> <p>Arròs amb salsa de tomàquet<br/><u>Truita</u> a la francesa<br/>Amanida d'enciams amb cogombre<br/>Fruita de temporada</p>                         | <p>17</p> <p>Patata, mongeta tendra i pastanaga<br/>Pit de pollastre arrebossat<br/>Tomàquet amanit<br/>Fruita de temporada</p>                                                                                                                          | <p>18</p> <p>Crema de carbassó amb rostres de pa al forn<br/>Lasanya a la bolonyesa vegetal<br/>Fruita de temporada</p>                                                                                                           | <p>19</p> <p>Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat<br/><u>Hamburguesa de vedella</u> a la planxa amb salsa de xampinyons<br/>Fruita de temporada</p>  | <p>20</p> <p><i> últim dia de curs </i></p> <p>Amanida d'enciam, tomàquet i olives<br/>Croquetes de mill<br/>Pizza de pernil dolç i formatge mozzarella<br/>Gelats de gel</p>                                                                 |
| <p>23</p>                                                                                                                                                                                                                                        | <p>24</p>                                                                                                                                                                                                                                                | <p>25</p>                                                                                                                                                                                                                         | <p>26</p>                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>27</p>                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p><i> bones vacances d'estiu </i></p>                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>30</p>                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                               |