



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

- Pollastre (granja 50% i ecològic 25%)
- Vedella
- Porc
- 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)
-  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
Trinxat de col amb patata i <u>cansalada pebrada</u> Hamburguesa vegetal amb salsa de xampinyons Enciams variats amanits amb escarola, pastanaga i taronja <u>logurt</u> natural 1	Sopa de verdures amb arròs Pit de pollastre arrebossat sense ou Enciams variats amanits amb nap ratllat i pipes torrades Fruita de temporada 2	Amanida d'enciams, pastanaga ratllada, <u>formatge fresc</u> i fruits secs Macarrons a la bolonyesa de <u>vedella</u> amb formatge ratllat Fruita de temporada 3	Mongeta blanca bullida amb oli d'oliva Pit de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb poma, carbassa ratllada i olives verdes Fruita de temporada 4	Crema de pastanaga i porro amb rostres de pa Arròs de peix amb sípia i canana Fruita de temporada 5
8 festiu	9 Crema de carbassa i pastanaga amb rostres de pa Macarrons a la bolonyesa vegetal Fruita de temporada	10 Bròquil, coliflor i patata <u>Pollastre</u> amb ceba i naps Fruita de temporada	11 Cigrons bullits amb oli d'oliva <u>Hamburguesa de vedella</u> a la planxa Enciams variats amb raves i pipes torrades Fruita de temporada	12 Espaguetis campestres Peix fresc Enciams variats amanits amb col llombarda i carbassa ratllada <u>logurt</u> natural
15 Arròs amb verdures Falafel amb salsa de <u>logurt</u> Enciams variats amanits amb remolatxa i mandarina Fruita de temporada	16 Patata, pastanaga i bledes Pit de pollastre a la planxa Enciams variats amanits Plàtan	17 Crema de carbassa amb rostres de pa Fideus a la cassola amb <u>botifarra</u> i <u>costella de porc</u> Fruita de temporada	18 Lenties bullides amb oli d'oliva Lluç amb patata i ceba al forn Enciams variats amanits amb poma, carbassa ratllada i olives verdes Fruita de temporada	19 dinar de nadal Brou de carn amb galets <u>Pollastre</u> de Nadal amb panses i prunes Enciams variats amanits amb nap ratllat i pipes torrades Neules i torrons
22 festiu	23 festiu	24 tió	25 nadal	26 sant esteve
29 festiu	30 festiu	31 festiu		