



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1
				<i>festiu</i>
4	5	6	7	8
Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa vegetal amb salsa de xampinyons Enciams variats amanits amb poma i carbassa ratllada Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata Pit de pollastre arrebossat sense ou Enciams variats amb cogombre Fruita de temporada	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Macarrons a la bolonyesa vegetal Fruita de temporada	Hummus de cigrons amb bastonets de pastanaga i pa torrat <u>Pilotilles de porc</u> arrebossades amb samfaina Fruita de temporada	Amanida d'espivals amb tomàquet, olives verdes i pastanaga Peix fresc Enciams amb pipes torrades <u>logurt</u> natural
11	12	13	14	15
Verdura de temporada amb patata Hamburguesa vegetal amb salsa de xampinyons Fulles d'enciams variats amb cogombre Fruita de temporada	Amanida d'arròs Croquetes de cigó amb salsa <u>tzatziki</u> Enciams variats amanits Fruita de temporada	Cigrons bullits amb oli d'oliva <u>Pollastre</u> rostit Enciams amanits amb tomàquets cirerols i alfàbrega fresca Fruita de temporada	Crema de carbassa amb rostes de pa al forn Macarrons a la bolonyesa de <u>vedella</u> amb formatge ratllat Fruita de temporada	Pastís de patata i sofregit de verdures gratinat Peix fresc Enciams variats amanits amb poma i olives verdes <u>logurt</u> natural
18	19	20	21	22
Arròs amb verdures d'estiu Falafel amb salsa de <u>logurt</u> d'estiu Enciams variats amanits amb carbassa ratllada i olives verdes Fruita de temporada	Llenties amb verdures estofades Pit de pollastre a la planxa Amanida de tomàquet cirerol amb cogombre i olives verdes Fruita de temporada	Trinxat de temporada <u>Pollastre</u> al forn amb ceba Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata Hamburguesa de <u>vedella</u> a la planxa amb salsa de tomàquet Enciams amb pipes torrades <u>logurt</u> natural	Crema de pastanaga amb rostes de pa al forn Fideus rossejats amb sèpia i canana Fruita de temporada
25	26	27	28	29
Espirals amb salsa d'ametlles Pit de pollastre a la planxa Enciams variats amanits amb poma i carbassa ratllada Fruita de temporada	Verdura de temporada amb patata Croquetes de cigró amb salsa <u>tzatziki</u> Tomàquet amanit Fruita de temporada	Crema de carbassó amb rostes de pa al forn Arròs a la cassola amb <u>costella</u> i <u>botifarra de porc</u> Fruita de temporada	Amanida de tomàquet i <u>formatge fresc</u> <u>Pollastre</u> rostit amb verdures i herbes aromàtiques Patata al forn Fruita de temporada	Mongeta blanca amb oli d'oliva Peix fresc Amanida de tomàquet cirerol amb cogombre i olives verdes <u>logurt</u> natural

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, llenties 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