



DOMINIKES TARRAGONA – Octubre 26

Menú Basal

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Mandarina, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 Mongeta tendra amb patata Pizza amb bolonyesa soia Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc logurt natural	2 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Pernilets de pollastre al forn Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada
5 Llentíes estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	6 Arròs a la milanesa (pèsols, xamp. i formatge) Llom rostit amb salsa Enciam i tomàquet amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	7 Bròquil gratinat Mongetes seques estofades amb verdures Pa blanc Fruita de temporada	8 Macarrons integrals a la carbonara Lluç al forn amb salsa Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc logurt natural	9 Crema de pastanaga ECO Wok de gall dindi amb verdures Pa integral Fruita de temporada
12 Festiu	13 Crema de verdures (i moniato) Pollastre a la farigola Xampinyons saltejats amb all i julivert Pa integral Fruita de temporada	14 Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana Llenguadina a la planxa Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	15 Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc logurt natural	16 Arròs a la napolitana Truita de pernil Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada
19 Crema de carbassó ECO amb formatge opcional Macarrons integrals amb bolonyesa de soia Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	20 Mongetes seques amb patates Pollastre amb samfaina Pa integral Fruita de temporada	21 Arròs tres delícies (truita, pèsols i gall dindi) Abadejo amb all i julivert Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	22 Pèsols saltejats Llom a la planxa Patates al romaní Pa blanc logurt natural	23 Minestra de verdures Truita de carbassó Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada
26 Pèsols amb patates Estofat de porc amb verduretes Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	27 Sopa d'au amb fideus Lluç a la romana Enciam i olives amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	28 Tricolor de verdura ofegada Llentíes amb patates i calamar Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	29 Paella de verdures Truita francesa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	30 Crema de carbassa ECO amb crostons Pollastre amb salsa de castanyes Patata panadera Pa integral Postre especial



**Cuina Climàtica,
sostenible i respectuosa
amb el medi ambient**



**Cuina Catalana, amb
receptes del 'Corpus del
patrimoni culinari català'**



Aliment integral

