



DOMINIKES TARRAGONA – Octubre 26

Menú Sense Peix ni Marisc

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

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



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



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



Aliment integral

