

NOVEMBRE 2020

| | | | | | |
|-------------------|--|--|--|---|---|
| 1a setmana | Dilluns 2 FESTIU | Dimarts 3 Sopa d'arròs. Peix a la planxa. Enciam i olives. Fruita. | Dimecres 4 Mongeta tendra amb patata. Pollastre a la planxa. Enciam i tomàquet. logurt natural. | Dijous 5 Fideuà. Enciam, pastanaga i blat de moro. Fruita. | Divendres 6 Crema de carbassó. Croquetes de bacallà. Fruita. |
| 2a setmana | Dilluns 9 Brou de peix i arròs. Enciam i pastanaga. Fruita. | Dimarts 10 Estofat de lleties amb daus de pollastre. Enciam i tomàquet. Fruita. | Dimecres 11 Brou de verdures i fideus. Hamburguesa de vedella. Enciam i blat de moro. logurt natural. | Dijous 12 Ensaladilla russa. Lluç arrebossat. Enciam, blat de moro i tomàquet. Fruita. | Divendres 13 Crema de carbassa. Salsitxes de pollastre. Enciam i tomàquet. Fruita. |
| 3a setmana | Dilluns 16 Mongeta tendra amb patata Lluç a la planxa. Enciam i olives. Fruita. | Dimarts 17 Macarrons a la bolonyesa (carn de vedella i tomàquet). Enciam i olives. Fruita. | Dimecres 18 Col i flor i patata bullida. Hamburguesa de vedella.. Enciam, pastanaga i blat de moro. logurt natural. | Dijous 19 Sopa d'arròs. Lluç al forn. Enciam i tomàquet. Fruita. | Divendres 20 Cigrons amb bacallà. Enciam i olives. Fruita. |
| 4a setmana | Dilluns 23 Brou vegetal i pasta. Hamburguesa de vedella. Enciam i olives. Fruita. | Dimarts 24 Puré de verdures. Lluç a la planxa. Enciam i pastanaga. Fruita. | Dimecres 25 Mandonguilles i pèsols. Enciam, pastanaga i tomàquet. logurt natural. | Dijous 26 Patates estofades amb cigrons i salsitxes. Enciam i blat de moro. Fruita. | Divendres 27 *Lleties i arròs amb porro, ceba i pastanaga. Fruita. |
| 5a setmana | Dilluns 30 Fricandó amb arròs blanc. Enciam, pastanaga i blat de moro. Fruita. | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres |
| Berenar | 1 – 2 : Fruita. 2 – 3 : logurt natural amb bastonets o galetes. | 1 – 2 : logurt natural amb bastonets o galetes. 2 – 3 : Entrepà de pernil dolç. | Fruita | 1 – 2 : Fruita. 2 – 3 : Entrepà de formatge. | logurt natural amb bastonets o galetes. |

* Els llegums, per la seva composició nutricional rica en hidrats de carboni i en proteïnes, poden constituir un plat únic.