

### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

- 2**
- Espirals a la norma
  - Fogoner a la llauna amb enciam i pastanaga
  - Fruita de temporada

- 3**
- Crema de carbassa
  - Arròs de muntanya amb bolets, botifarra i costella
  - Fruita de temporada

- 4**
- Cigrons estofats amb hortalisses
  - Truita a la francesa amb enciam i tomàquet
  - Fruita de temporada

- 5**
- Patata i bròcoli
  - Pollastre a la llimona amb enciam i blat de moro
  - logurt natural



- 9**
- Arròs amb tomàquet
  - Croquetes de pollastre amb enciam i blat de moro
  - Fruita de temporada

- 10**
- Espaguetis amb salsa pesto
  - Truita de carbassó amb enciam i pastanaga
  - Fruita de temporada

- 11**
- Patata i mongeta verda
  - Salsitxes de pollastre amb tomàquet amanit
  - logurt natural

- 12**
- Crema de verdures
  - Gall d'indi al forn amb herbes provençals i patata panadera
  - Fruita de temporada

- 13**
- Llenties estofades amb hortalisses
  - Lluç al forn amb verdures
  - Fruita de temporada

- 16**
- Macarrons amb salsa de xampinyons
  - Truita de patates amb enciam i tomàquet
  - logurt natural

- 17**
- Patata i coliflor saltejada amb bacó
  - Estofat de porc amb cuscús
  - Fruita de temporada

- 18**
- Paella de verdures
  - Gall d'indi morú amb enciam i pastanaga
  - Fruita de temporada

- 19**
- Mongetes blanques estofades amb verdures
  - Gallineta arrebossada amb enciam i blat de moro
  - Fruita de temporada

- 20**
- DINAR ESPECIAL FINAL DE TRIMESTRE**
- Sopa de galets
  - Pollastre rostit amb prunes i patates xips
  - Neules i torrons



#### FRUITA DE TEMPORADA: LA PERA

La pera és una fruita que es troba tot l'any, amb varietats d'estiu i d'hivern. Durant els mesos de fred, podem trobar les varietats Blanquilla i Conference. Són riques en fibra, sobretot en pectines, que ajuden a millorar la digestió. Aporten vitamines C, K i potassi. Es poden menjar fresques, en amanides o fer compotes amb canyella.

