

ELS PINS -Sense proteïna de la llet de vaca

SETEMBRE 21

DL	DT	DC	DJ	DV
Arròs amb sofregit de tomàquet Magra de porc a la planxa amb enciam Fruita i pa 13	Amanida russa (maionesa, pastanaga, mongeta, patata i ou dur) Llom de bacallà al forn amb all julivert i tomàquet amanit Fruita i pa integral 14	Mongetes seques saltejades amb all i julivert Contra cuixa de pollastre al forn amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa 15	Amanida de pasta vegetal (Pasta, blat de moro, olives i pastanaga) Truita de tonyina amb escarola Fruita i pa integral 16	Crema de carbassa Estofat de gall d'indi amb verdures (tomàquet, ceba, mongeta tendra i pastanaga) logurt de soja i pa  17
Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i pernil dolç s/al·lèrgens) Mandonguilles de vedella ecològiques amb verdures Fruita i pa 20	Espirals integrals amb tomàquet Filet lluç al forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral 21	Espinacs amb patata bullida Truita de carbassó amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa 22	Llenties guisades amb hortalisses (patata, pebrot, tomàquet i ceba) Cuixetes de pollastre al forn amb enciam i olives Fruita i pa integral 23	Amanida d'enciams, tomàquet i blat de moro Fideuà amb gambetes i sípia (brou de peix natural, gambetes, sípia, tomàquet i ceba) logurt de soja i pa  24
Espaguetis amb salsa de tomàquet Llom de bacallà al forn amb all julivert amb enciam i pastanaga Fruita i pa 27	Minestra de verdures (mongetes verdes, pastanaga, patata i pèsols) Daus de gall d'indi adobats al forn amb enciam, pastanaga i llombarda INTEGRAL Fruita i pa integral 28	Arròs saltat amb cansalada Hamburguesa de tonyina i ceba caramel·litzada a la planxa amb enciam i olives Fruita i pa 29	Caldereta de cigrons ecològics de l'horta (col, pastanaga, ceba i porro) Llom de porc a la planxa amb escarola Fruita i pa integral 30	