

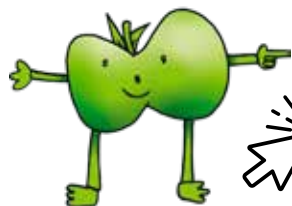
Dilluns

Dimarts

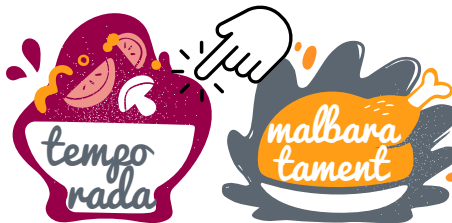
Dimecres

Dijous

Divendres



CLICA per
saber molt
més



5 Espaguetis integrals amb tomaqueta i formatge

Varetes de lluç
Amanida amb dacsa

Fruita / Pa

Ensalada / Pollastre / Fruita o iogurt

6 Fesols blancs estofats

Mandonguilles pollastre i porc
en salsa africana
Amanida amb col

Fruita / Pa

Verdures / Peix blanc / Fruita o iogurt

7 Arròs a la cubana
(amb tomaca fregida i ou bollit)

Titot i formatge
Amanida amb tomaca

Fruita ECO / Pa integral

Ensalada / Carn / Fruita o iogurt

8 Guisat brasiler de creïlles

Pollastre Sao Paulo
Amanida coleslaw

Pop dots de xocolata / Pa

Verdures / Ou / Fruita o iogurt

9 Llentilles amb arròs

Abadejo al forn
amb salsa marinera
Amanida amb carlota

Fruita / Pa integral

Ensalada / Pollastre / Fruita o iogurt

12 Arròs a la cassola (amb fesols, tomaca, porc, botifarra, carlota)

Amanida completa (encisam, tomaca, tonyina, ou, olives)

Fruita / Pa

Verdures / Carn / Fruita o iogurt

13 Guisat de verdures amb carabasseta ECO

Llonganisses amb samfaina
Amanida amb col

Fruita / Pa

Ensalada / Peix blanc / Fruita o iogurt

14 Espirals integrals amb soja texturitzada i tomaca

Truita francesa amb formatge
Amanida amb tomaca

Fruita ECO / Pa integral

Verdures / Pollastre / Fruita o iogurt

15 Sopa minestrone piemontesa

San jacobó
Amanida amb soja

Iogurt ensucrat / Pa

Pasta / Peix blanc / Fruita o iogurt

16 Potatge de cigrons amb ceba ECO

Lluç en salsa Mery
amb creïlla fornera
Amanida amb carlota

Fruita / Pa integral

Verdures / Pollastre / Fruita o iogurt

19 Bullit valencià

Hamburguesa de vedella i porc
amb ceba caramel·litzada
Amanida amb dacsa

Fruita / Pa

Verdures / Pollastre / Fruita o iogurt

20 Galets amb tonyina

Aletes de pollastre a la
barbaçoa
Amanida amb col

Fruita / Pa

Ensalada / Peix blanc / Fruita o iogurt

21 Fesols blancs estofats

Lluç a la romana
amb maïonesa
Amanida amb tomaca

Fruita ECO / Pa integral

Verdures / Ou / Fruita o iogurt

22 Arròs a la cubana
(amb tomaca fregida i ou bollit)

Mossets de bacallà
Amanida amb soja

Iogurt ensucrat / Pa

Ensalada / Pollastre / Fruita o iogurt

23 Pure d'hortalisses

Truita de creïlla
Amanida amb carlota

Fruita / Pa integral

Verdures / Carn / Fruita o iogurt

26 Sopa de peix

Pollastre al chilindrón
Amanida amb dacsa

Fruita / Pa

Verdures / Peix blanc / Fruita o iogurt

27 Arròs al forn (amb cigrons, magre de porc i botifarra)

Amanida completa (encisam, tomaca, tonyina, ou, olives)

Fruita / Pa

Ensalada / Pollastre / Fruita o iogurt

28 Llentilles riojana

Abadejo en salsa de carabasseta
amb carlota baby
Amanida amb tomaca

Fruita / Pa integral

Verdures / Ou / Fruita o iogurt

29 Llacets amb verdures

Llom al forn en salsa de
mel i mostassa
Amanida amb soja

Iogurt ensucrat / Pa

Ensalada / Peix blanc / Fruita o iogurt



Aquests menús han sigut revisats i aprovats per l'equip de dietistes nutricionistes col·legiades d'Ausolan. Per causa de força major Ausolan es reserva el dret de fer canvis en el menú.



Propostes de sopar

Els menors de sis anys no mengen fruits secs i el primer plat d'amanida es canvia per puré de verdura quan cal.

