

Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

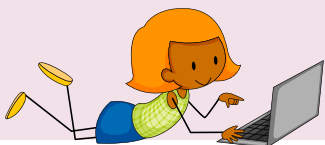
Divendres



vacances



8



9



Arròs amb tomaca

Hamburguesa vegetal
Xampinyons

Pinya en el seu suc / pa
Verdura / Ou i pa / Fruita

10

Fesols amb verdures
de temporada

Aletes de pollastre al forn
amb arets de ceba i amanida
de carlota

Fruita de temporada / Pa int.
Verdura / Peix blanc i moniato / Fruita o iogurt

11

Crema de verdures ECO

Tonyina en salsa de tomaca
Creïlla forn i amanida amb
encisam, tomaca, carlota i olives

Flam de vainilla / Pa
Verdura / Au i hummus / Fruita

12

Macarrons amb salsa de formatges

Truita amb pit de titot
Amanida amb encisam i tomaca

Fruita de temporada / Pa
Verdura / Peix blanc i arròs / Fruita o iogurt

15

Amanida amb formatge fresc

Arròs amb secret
i carassa



Fruita de temporada / Pa
Amanida / Peix blau i creïlla / Fruita o iogurt

16

Llenties amb carlota ECO

Lluç a la basca (amb ou cuit i pèsols)
Amanida amb encisam, tomaca,
col llombarda i pera

Fruita de temporada / Pa
Verdura / Ou i arròs / Fruita o iogurt

17

Sopa de picadillo

Cordon bleu de pollastre
amb panolletes de dacsa
i amanida de carlota

Iogurt / Pa integral
Verdura / Peix blanc i moniato / Fruita

18

Creïlles a la riojana

Truita amb carabasseta
Hummus i amanida amb
carlota i olives

Fruita de temporada / Pa
Amanida / Au i pèsols / Fruita

19

Fideuà de marisc

Companatge
(pernil, formatge, saltsixó, xoriç)
Amanida amb col blanca,
encisam, olives i carlota

Fruita de temporada / Pa
Verdura / Ou i faves / Fruita

22

Llenties amb mix hortolà

Ous al gratén
Amanida d'encisam,
dacsa i carlota



Fruita de temporada / Pa
Amanida / Au i pasta / Fruita o iogurt

23

Amanida amb toppings
de verat i alvocat

Paella valenciana

Iogurt / Pa
Amanida / Ou i creïlla / Fruita

24

Sopa d'estrelles

Rostit de llomello al romaní
amb creïlles fregides i amanida

Fruita de temporada / Pa int.
Amanida / Peix blau i hummus / Fruita

25

Espaguetis integrals
a la bolonyesa de soja

Filet d'abadejo a l'andalusa
en salsa marinera amb daus
de moniato i amanida de carlota

Fruita de temporada / Pa
Amanida / Carn roja i pa / Fruita o iogurt

26

Crema reina amb
creixent de cigrons

Pollastre a la provençal
amb saltat de carabassa ECO
Amanida amb poma

Fruita de temporada / Pa
Verdura / Peix blanc i arròs / Fruita o iogurt

29

Amanida amb pollastre i poma

Arròs del senyoret



Fruita de temporada / Pa
Verdura / Ou i pèsols / Fruita

30

Cigrons al curry

Torrada d'ou regirat amb bacon
Amanida amb encisam,
col i tomaca

Fruita de temporada / Pa
Amanida / Peix blau i arròs / Fruita o iogurt



Propostes
de sopar



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.



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