



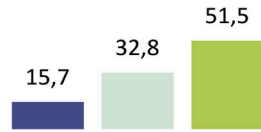
## VALORACIÓ DIETÈTICA del nostre menú de tardor

Energia (kcal)	686
Proteïna (g)	27,0
Carbohidrats (g)	83,5
Fibra dietètica (g)	9,2
Greixos (g)	25,0
AGS (g)	4,8
AGM (g)	9,6
AGP (g)	8,4
AGP/AGS	1,7
[AGP+AGM]/AGS	3,7
Colesterol (mg)	102,2

## PERFIL CALÒRIC

Recomanació O.M.S

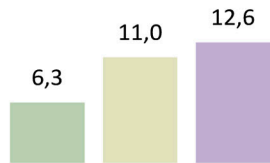
- Proteïnes [% kcal] Entre 10 - 15 %
- Greixos [%kcal] Menys de 35 %
- Carbohidrats [%kcal] Entre 50 - 60 %



## PERFIL LIPÍDIC

Recomanació F.A.O/O.M.S

- Àcids Grassos Saturats AGS [% kcal] Menys de 10 %
- Àcids Grassos Poliinsaturats AGP [% kcal] Entre 6 - 11 %
- Àcids Grassos Moninsaturats AGM [% kcal] Entre 15 - 20 %

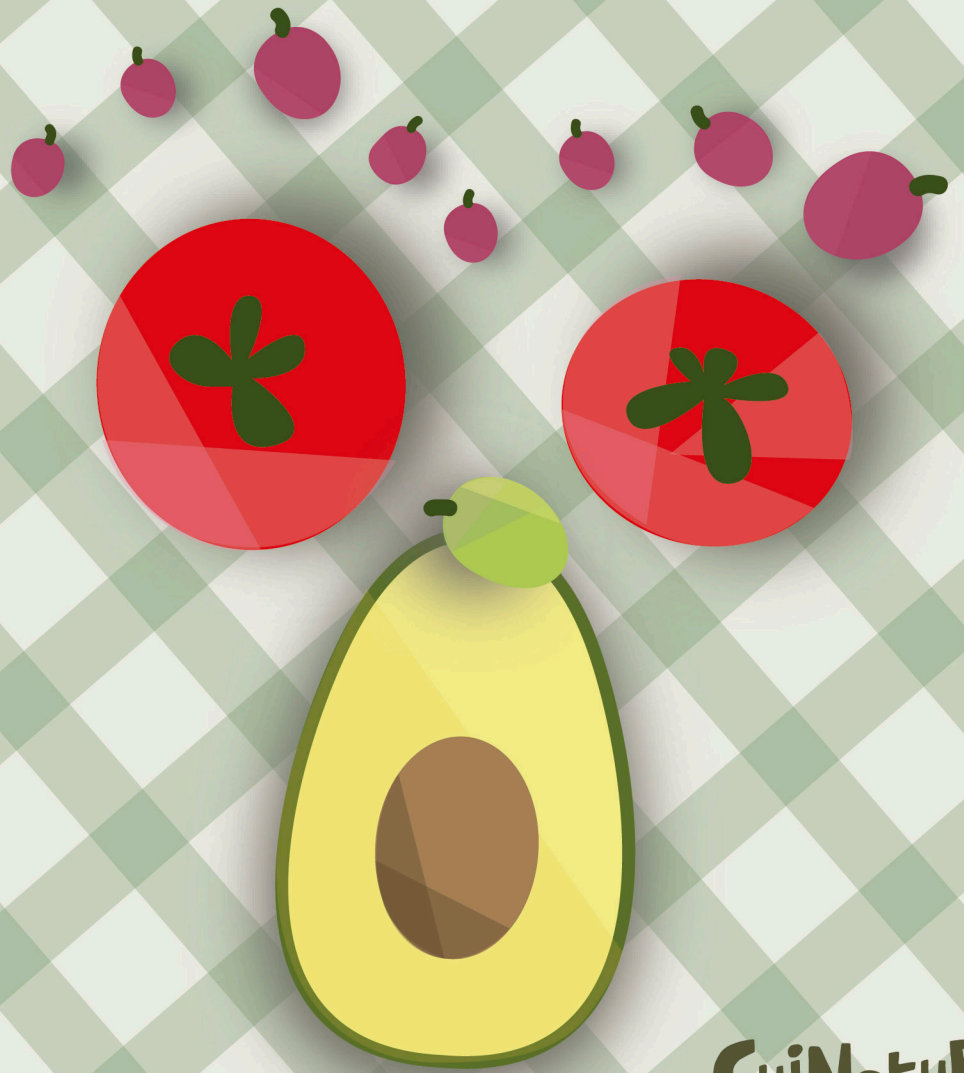


### DECLARACIÓ D'AL·LÈRGENS:

En compliment del Reglament (UE) n° 1169/2011 sobre la informació alimentària facilitada al consumidor, aquest establiment té disponible, per a la vostra consulta, la informació relativa a la presència d'al·lèrgens als nostres menús. Dirigiu-vos al nostre peronari si desitgeu més informació, o al nostre web: [www.cuinatur.com](http://www.cuinatur.com)

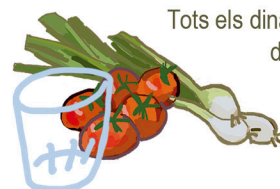
# Tardor 2017

Menjadors escolars sostenibles.



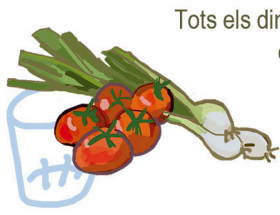
**CuiNatur**  
CUINA NATURAL

DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	logurt natural amb fruits secs/Fruita Yogur natural con frutos secos/Fruta	Bol de fruita variada i llet/Entrepà Bol de fruita variada y leche/Bocadillo	Tosta d'advocat/Fruita Tosta de aguacate/Fruita	Batut fruita i llet/Entrepà Batido fruta y leche/Bocadillo	Pa integral amb formatge/Fruita Pan integral con queso/Fruta
DINAR	<b>Espagueti amb tomata i olives</b> Españete con tomate y aceitunas <b>Lluç gratinat al forn</b> Merluza gratinada al horno <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Potatge cigrons i espinacs</b> Potaje garbanzos y espinacas <b>Cuixetes pollastre amb pera</b> Jamoncitos de pollo con pera <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Amanida tomata i fruits secs</b> Ensalada tomate y frutos secos <b>Arròs negre</b> Arroz negro <b>logurt d'ovella artesà</b> Yogur de oveja artesano	<b>Bullit valencià</b> Hervido valenciano <b>Vedella amb cuscus</b> Termera con cuscus <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Sopa d'au</b> Sopa de ave <b>Peix blau de llotja al forn amb creïlles</b> Pescado azul de lonja al horno con patatas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
BERENAR	Entrepà pernil salat Bocadillo jamón serrano	Fruita + fruits secs Fruta + frutos secos	Bol de fruita i logurt natural Bol de fruta y yogur natural	Entrepà vegetal Bocadillo vegetal	Biscuit de carlota i nous Bizcocho de zanahoria y nueces
SOPAR	Crema verdures i titot planxa+fruita Crema verduras y pavo plancha+fruta	Rolls integrals farcits de verdures+lacti Rolls integrales rellenos de verduras+lácteo	Truita d'albergínia+fruita Tortilla de berenjena+fruta	Carlota planxa i peix+lacti Zanahoria a la plancha y pescado+lácteo	Carabasseta i croquetes llentilles+fruita Calabacin y croquetas lentejas+fruta
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	<b>FESTIU</b>	Rosquilletes integrals/Fruita Rosquilletas integrales/Fruta	Mix fruita natural/Sandwich integral Mix fruta natural/Sándwich integral	<b>FESTIU</b>	Llet amb flocs de civada/Entrepà Leche con copos de avena/Bocadillo
DINAR	<b>Llentilles amb arròs integral</b> Lentejas con arroz integral <b>Truita de creïlles</b> Tortilla de patatas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Crema carabassa</b> Crema calabaza <b>Titot estofat amb prunes</b> Pavo estofado con ciruelos <b>logurt artesà amb mel</b> Yogur artesano con miel	<b>12</b>	<b>Macarrons amb tomata i romer</b> Macarrones con tomate y romero <b>Abadejo al forn amb all i oli</b> Abadejo al horno con ajo aceite <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	
BERENAR	logurt natural + fruita Yogur natural + fruta	Fruita + xocolata 75% Fruta + onza chocolate 75%	<b>11</b>	Palets de vegetals + hummus Palitos de vegetales + hummus	
SOPAR	Aladroc en tempura i bròquil saltejat+lacti Boquerones en tempura y brócoli salteado+lácteo	Pizza vegetal+fruita Pizza vegetal+fruta	<b>10</b>	Amanida i ous planxa+fruita Ensalada y huevos plancha+fruta	
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Batut de fruita i llet/Sandwich integral Batido de fruta y leche/Sándwich integral	Bol fruita i iogurt natural/Rosquilletes Bol fruta y yogur natural/Rosquilletas integrales	Llet amb pa/Fruita Leche con pan/Fruta	Bol de fruita/Entrepà Bol de fruta/Bocadillo	Tosta integral amb mel/Fruita Tosta integral con miel/Fruta
DINAR	<b>Crema albergínia</b> Crema berenjena <b>Gallineta arrebossada</b> Cabrito rebozado <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Arròs amb tomata</b> Arroz con tomate <b>Truita formatge</b> Tortilla queso <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Sopa de peix de llotja</b> Sopa de pescado de lonja <b>Pit de pollastre amb romesco</b> Pechuga de pollo con romesco <b>logurt d'ovella artesà</b> Yogur de oveja artesano	<b>Amanida de formatge fresc i pera</b> Ensalada de queso fresco y pera <b>Fideuà</b> Fideua <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Potatge de fesols</b> Potaje de alubias <b>Hamburguesa amb xips de safanòria</b> Hamburguesa con chips de zanahoria <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
BERENAR	"Quesadillas" de dacsa Quesadillas de maíz	Fruita + fruits secs Fruta + frutos secos	Entrepà pate vegetal Bocadillo paté vegetal	Galeta casolana d'avena i nabius Galleta casera de avena y arándanos	logurt natural + fruits secs Yogur natural + frutos secos
SOPAR	Aletes de pollastre a la mel+fruita Aletas de pollo a la miel+fruta	Verdures al forn i peix+lacti Verduras al horno y pescado+lácteo	Pimentó farcit verdura i soja+fruita Pimiento relleno verdura y soja+fruta	Vedella amb creïlles al forn +lacti Termera con patatas al horno+lácteo	Remenat d'espàrrecs i alls+fruita Revuelto de espárragos y ajos+fruta
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Llet amb flocs de civada/Entrepà Leche con copos de avena/Bocadillo	Bol de fruita/Barreta cereals i prunes casolana Bol de fruta/Barrita cereales y ciruelos casera	Batut de fruita i llet/Entrepà Batido de fruta y leche/Bocadillo	Tosta amb ou i oli /Fruita Tosta con huevo y aceite/Fruta	logurt amb fruits secs/Sandwich integral Yogur con frutos secos/Sándwich integral
DINAR	<b>Espirals gratinats</b> Espirales gratinados <b>Truita francesa</b> Tortilla francesa <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Crema bicolor (puerri i carlota)</b> Crema bicolor (porro y zanahoria) <b>Bunyols bacallà i mel</b> Buñuelos bacalao y miel <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Amanida llegums</b> Ensalada legumbres <b>Tombet de pollastre</b> Tombet de pollo <b>logurt artesà amb mel</b> Yogur artesano con miel	<b>Sopa de putxero</b> Sopa de puchero <b>Putxero complet</b> Puchero completo <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Musclos al vapor</b> Mejillones al vapor <b>Arròs amb tonyina i garrofó</b> Arroz con atún y garrofón <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
BERENAR	logurt natural amb fruita Yogur natural con fruta	Entrepà formatge i advocat Bocadillo queso y aguacate	Fruita + fruits secs Fruta + frutos secos	Entrepà plàtan i crema cacahuete s/sucre Bocadillo plátano y crema cacahuete s/azúcar	Boniato al forn Boniato al horno
SOPAR	Burritos mexicans amb verdures+fruita Burritos mejicanos con verduras+fruta	Llom amb pimentó a la planxa+fruita Lomo con pimiento a la plancha+fruta	Cloïsses a la marinera+fruita Almejas a la marinera+fruta	Amanida+croquetes espinacs+lacti Ensalada+croquetas espinacas+lácteo	Truita carabasseta+fruita Tortilla calabacin+fruta
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Bol fruita amb iogurt/Fruits secs Bol fruta con yogur natural/Frutos secos	Pa integral amb oli i formatge/Fruita Pan integral con aceite y queso/Fruta			
DINAR	<b>Bullit tardor</b> Hervido otoño <b>Lluç arrebossat</b> Merluza rebozada <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	<b>Llentilles amb bledes</b> Lentejas con acelgas <b>Truita creïlles i carlota</b> Tortilla patata y zanahoria <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo			
BERENAR	Entrepà pernil salat i oli Bocadillo jamón serrano y aceite	Fruita + nous Fruta + nueces			
SOPAR	Coca de verdures i formatge+fruita Coca de verduras y queso+fruta	Sopa vegetal amb curcuma+pollastre+lacti Sopa de vegetal con cúrcuma+pollo+lácteo			



Tots els dinars s'acompanyen d'amanida variada, pa i aigua

# Octubre



Tots els dinars s'acompanyen  
d'amanida variada,  
pa i aigua

# Novembre

DESDEJUNI/  
MITJAN MATÍ

FESTIU

Batut de fruita i llet/Entrepà  
Batido de fruta y leche/Bocadillo

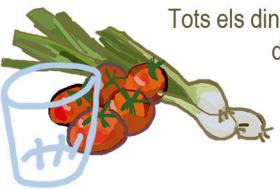
Llet blanca+xocolatà 75%/Fruita  
Leche blanca+onza chocolate 75%/Fruta

DINAR

BERENAR

SOPAR

DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Bol de fruita/Formatge+nous Bol de fruita/Queso+nuces  <b>Tallarins amb all i julivert</b> Tallatines con ajo y perejil <b>Ous amb tomata</b> Huevos con tomate <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Fruita i tosta d'arròs/Sandvitx Fruta y tosta de arroz/Sándwich  <b>Fesols amb arròs i nap</b> Alubias con arroz y nabo <b>Pollastre amb poma</b> Pollo con manzana <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Pa integral amb oli + pernil/Fruita Pan integral con aceite + jamón/Fruta  <b>Sopa d'au</b> Sopa de ave <b>Peix blau de llotja amb salsa verda</b> Pescado azul de lonja en salsa verde <b>logurt d'ovella artesà</b> Yogur de oveja artesano	Llet amb flocs de civada/Fruita Leche con copos de avena/Fruta  <b>Amanida completa</b> Ensalada completa <b>Arròs amb col i flor i bacallà</b> Arroz con coliflor y bacalao <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	logurt natural amb fruita/Entrepà Yogur natural con fruta/Bocadillo  <b>Purè carabassa</b> Pure calabaza <b>Mandonguilles amb pèsols</b> Albóndigas con quisantes <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	logurt natural amb fruits secs/Fruita Yogur natural con frutos secos/Fruta  <b>Espirals gratinats</b> Espirales gratinados <b>Fruita d'espínacs</b> Tortilla de espinacas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Bol de fruita/Entrepà Bol de fruita/Bocadillo  <b>Crema de brècol</b> Crema de brécol <b>Bacallà gratinat amb all i oli</b> Bacalao gratinado con ajoaceite <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Tosta integral/ Fruita Tosta integral/Fruta  <b>Lentilles amb arròs integral</b> Lentejas con arroz integral <b>Pollastre guisat amb prunes</b> Pollo guisado con ciruelas <b>logurt artesà amb mel</b> Yogur artesano con miel	Barreta de cereals casolana/Fruita Barrita de cereales casera/Fruta  <b>Amanida de formatge fresc i pera</b> Ensalada de queso fresco y pera <b>Arròs caldós amb conill i caracol</b> Arroz caldoso con conejo y caracol <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Batut de fruita i llet/Entrepà integral Batido de fruta y leche/Bocadillo integral  <b>Sopa gallina i cigrons</b> Sopa gallina y garbanzos <b>Peix blau de llotja al forn amb creïlles</b> Pescado azul de lonja al horno con patatas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Llet amb flocs de civada/Fruita Leche con copos de avena/Fruta  <b>Crema col i flor</b> Crema coliflor <b>Gallineta arrebossada</b> Cabracho rebozado <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Batut de fruita i llet/Entrepà Batido de fruta y leche/Bocadillo  <b>Olleta de fesols i carabassa</b> Olla de alubias y calabaza <b>Fruita de creïlla i ceba</b> Tortilla de patatas y cebolla <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Panotxa de dacs a la planxa/Fruita Mazorca de maíz a la plancha/Fruta  <b>Pa amb tomata i pernil serrà</b> Pan con tomate y jamón serrano <b>Arròs del senyoret</b> Arroz del señorito <b>logurt d'ovella artesà</b> Yogur de oveja artesano	Tosta integral amb formatge/Fruita Tosta integral con queso/Fruta  <b>Amanida de cigrons</b> Ensalada de garbanzos <b>Fideua de verdures i bolets</b> Fideua de verduras y setas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	logurt natural amb fruita/Rosquilletes Yogur natural con fruta/Rosquilletas  <b>Sopa de peix de llotja</b> Sopa de pescado de lonja <b>Vedella amb carlota i pèsols</b> Termera con zanahoria y quisantes <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Batut de fruita i llet/Entrepà Batido de fruta y leche/Bocadillo  <b>Espirals amb formatge i espirals</b> Espirales con queso y espinacas <b>Ratjada amb safrà</b> Rajada con azafrán <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Tosta amb formatge/Fruita Tosta de queso/Fruta  <b>Lentilles estofades</b> Lentejas estofadas <b>Truita de cavalla</b> Tortilla de caballa <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Bol de fruita/Sandvitx Bol de fruita/Sándwich  <b>Crema de creïlla i fenoll</b> Crema de patata e hinojo <b>Pollastre a l'allet</b> Pollo al ajillo <b>logurt artesà amb mel</b> Yogur artesano con miel	Llet blanca + fruits secs/Fruita Leche blanca + frutos secos/Fruta  <b>Amanida completa</b> Ensalada completa <b>Arròs al forn</b> Arroz al horno <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	logurt natural + fruits secs Yogur natural + frutos secos  Tassa xocolata calenta + rosquilletes integrals Taza chocolate caliente + rosquilletas integrales
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Bol de fruita amb fruits secs/Sandvitx Bol de fruita con frutos secos/Sándwich  <b>Bullit de tardor</b> Hervido de otoño <b>Pollastre amb taronja</b> Pollo con naranja <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Tosta integral amb mel/Fruita Tosta integral con miel/Fruta  <b>Espagueti xampinyons i orenga</b> Espaquetis champiñones y orégano <b>Truita francesa</b> Tortilla francesa <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	FESTIU	Llet amb flocs de civada/Fruita Leche con copos de avena/Fruta  <b>Arròs amb tomata</b> Arroz con tomate <b>Bacallà amb all i oli</b> Bacalao con ajoaceite <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	FESTIU
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Barreta casolana cereals i dàtils/Fruita Barrita casera cereales y dátiles/Fruta  <b>Lentilles amb cardets</b> Lentejas con cardos <b>Truita bacallà dessalat</b> Tortilla de bacalao desalado <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	logurt natural amb fruita/Entrepà Yogur natural con fruta/Bocadillo  <b>Crema de boniato</b> Crema de boniato <b>Títot amb poma</b> Pavo con manzana <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Llet blanca + pa integral amb oli/Fruita Leche blanca + pan integral con aceite/Fruta  <b>Macarrons gratinats</b> Macarrones gratinados <b>Sardina en tempura</b> Sardina en tempura <b>logurt d'ovella artesà</b> Yogur de oveja artesano	Batut de fruita/Entrepà integral Batido de fruta/Bocadillo integral  <b>Amanida de formatge fresc i magrana</b> Ensalada de queso fresco y granada <b>Arròs amb galeres i carxofes</b> Arroz con galeras y alcachofas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Pa amb xocolatà 75%/Fruita Pan con chocolate 75%/Fruta  <b>Olleta de fesols i carabassa</b> Olla de alubias y calabaza <b>Estofat de vedella</b> Estofado de ternera <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Llet amb flocs de civada/Fruita Leche con copos de avena/Fruta  <b>Crema de carabassa</b> Crema de calabaza <b>Cuixetes de pollastre a l'allet</b> Jamoncitos de pollo al ajillo <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Batut de fruita i llet/Entrepà integral Batido de fruta y leche/Bocadillo integral  <b>Macarrons bolonyesa vegetal</b> Macarrones boloñesa vegetal <b>Lluç en salsa verda</b> Merluza en salsa verde <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Bol de fruita/Rosquilletes integrals Bol de fruta/Rosquilletas integrales  <b>Estofat de lentilles</b> Estofado de lentejas <b>Truita de creïlles i carlota</b> Tortilla de patatas y zanahoria <b>logurt artesà amb mel</b> Yogur artesano con miel	logurt natural amb fruita/Sandvitx Yogur natural con fruta/Sándwich  <b>Sopa de gallina i cigrons</b> Sopa de gallina y garbanzos <b>Peix blau de llotja al forn</b> Pescado azul de lonja al horno <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Tosta d'advocat/Fruita Tosta de aguacate/Fruta  <b>Cocs casolans</b> Coca casera <b>Paella conill i carxofes</b> Paella conejo y alcachofas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Llet amb flocs de civada/Fruita Leche con copos de avena/Fruta  <b>Crema de carabassa</b> Crema de calabaza <b>Cuixetes de pollastre a l'allet</b> Jamoncitos de pollo al ajillo <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Batut de fruita i llet/Entrepà integral Batido de fruta y leche/Bocadillo integral  <b>Macarrons bolonyesa vegetal</b> Macarrones boloñesa vegetal <b>Lluç en salsa verda</b> Merluza en salsa verde <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Bol de fruita/Rosquilletes integrals Bol de fruta/Rosquilletas integrales  <b>Estofat de lentilles</b> Estofado de lentejas <b>Truita de creïlles i carlota</b> Tortilla de patatas y zanahoria <b>logurt artesà amb mel</b> Yogur artesano con miel	logurt natural amb fruita/Sandvitx Yogur natural con fruta/Sándwich  <b>Sopa de gallina i cigrons</b> Sopa de gallina y garbanzos <b>Peix blau de llotja al forn</b> Pescado azul de lonja al horno <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Tosta d'advocat/Fruita Tosta de aguacate/Fruta  <b>Cocs casolans</b> Coca casera <b>Paella conill i carxofes</b> Paella conejo y alcachofas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo



Tots els dinars s'acompanyen  
d'amanida variada,  
pa i aigua

# Desembre

DESDEJUNI/  
MITJAN MATÍ

DINAR

BERENAR

SOPAR

DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Bol de fruita amb fruits secs/Sandvitx Bol de fruita con frutos secos/Sándwich  <b>Bullit de tardor</b> Hervido de otoño <b>Pollastre amb taronja</b> Pollo con naranja <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Tosta integral amb mel/Fruita Tosta integral con miel/Fruta  <b>Espagueti xampinyons i orenga</b> Espaquetis champiñones y orégano <b>Truita francesa</b> Tortilla francesa <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	FESTIU	Llet amb flocs de civada/Fruita Leche con copos de avena/Fruta  <b>Arròs amb tomata</b> Arroz con tomate <b>Bacallà amb all i oli</b> Bacalao con ajoaceite <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	FESTIU
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Barreta casolana cereals i dàtils/Fruita Barrita casera cereales y dátiles/Fruta  <b>Lentilles amb cardets</b> Lentejas con cardos <b>Truita bacallà dessalat</b> Tortilla de bacalao desalado <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	logurt natural amb fruita/Entrepà Yogur natural con fruta/Bocadillo  <b>Crema de boniato</b> Crema de boniato <b>Títot amb poma</b> Pavo con manzana <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Llet blanca + pa integral amb oli/Fruita Leche blanca + pan integral con aceite/Fruta  <b>Macarrons gratinats</b> Macarrones gratinados <b>Sardina en tempura</b> Sardina en tempura <b>logurt d'ovella artesà</b> Yogur de oveja artesano	Batut de fruita/Entrepà integral Batido de fruta/Bocadillo integral  <b>Amanida de formatge fresc i magrana</b> Ensalada de queso fresco y granada <b>Arròs amb galeres i carxofes</b> Arroz con galeras y alcachofas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Pa amb xocolatà 75%/Fruita Pan con chocolate 75%/Fruta  <b>Olleta de fesols i carabassa</b> Olla de alubias y calabaza <b>Estofat de vedella</b> Estofado de ternera <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Llet amb flocs de civada/Fruita Leche con copos de avena/Fruta  <b>Crema de carabassa</b> Crema de calabaza <b>Cuixetes de pollastre a l'allet</b> Jamoncitos de pollo al ajillo <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Batut de fruita i llet/Entrepà integral Batido de fruta y leche/Bocadillo integral  <b>Macarrons bolonyesa vegetal</b> Macarrones boloñesa vegetal <b>Lluç en salsa verda</b> Merluza en salsa verde <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Bol de fruita/Rosquilletes integrals Bol de fruta/Rosquilletas integrales  <b>Estofat de lentilles</b> Estofado de lentejas <b>Truita de creïlles i carlota</b> Tortilla de patatas y zanahoria <b>logurt artesà amb mel</b> Yogur artesano con miel	logurt natural amb fruita/Sandvitx Yogur natural con fruta/Sándwich  <b>Sopa de gallina i cigrons</b> Sopa de gallina y garbanzos <b>Peix blau de llotja al forn</b> Pescado azul de lonja al horno <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Tosta d'advocat/Fruita Tosta de aguacate/Fruta  <b>Cocs casolans</b> Coca casera <b>Paella conill i carxofes</b> Paella conejo y alcachofas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo
DESDEJUNI/ MITJAN MATÍ	Llet amb flocs de civada/Fruita Leche con copos de avena/Fruta  <b>Crema de carabassa</b> Crema de calabaza <b>Cuixetes de pollastre a l'allet</b> Jamoncitos de pollo al ajillo <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Batut de fruita i llet/Entrepà integral Batido de fruta y leche/Bocadillo integral  <b>Macarrons bolonyesa vegetal</b> Macarrones boloñesa vegetal <b>Lluç en salsa verda</b> Merluza en salsa verde <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Bol de fruita/Rosquilletes integrals Bol de fruta/Rosquilletas integrales  <b>Estofat de lentilles</b> Estofado de lentejas <b>Truita de creïlles i carlota</b> Tortilla de patatas y zanahoria <b>logurt artesà amb mel</b> Yogur artesano con miel	logurt natural amb fruita/Sandvitx Yogur natural con fruta/Sándwich  <b>Sopa de gallina i cigrons</b> Sopa de gallina y garbanzos <b>Peix blau de llotja al forn</b> Pescado azul de lonja al horno <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo	Tosta d'advocat/Fruita Tosta de aguacate/Fruta  <b>Cocs casolans</b> Coca casera <b>Paella conill i carxofes</b> Paella conejo y alcachofas <b>Fruita del temps</b> Fruta del tiempo



**Peix fresc de temporada:**

Blau: Aladroc, cavalla, sardina...

Blanc: Truita, lluç, musola, peix de roca, morralla...

**Bacallà MSC pesca sostenible**

**CuiNatur**  
CUINA NATURAL