

Setmana 1

2 -8 Novembre 2020

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Amanida amb madarina i fruits secs	Amanida mediterrània	Escudella amb cigrons	Crema de bolets	Trinxat de col	Amanida cèsar	Mil fulles de patata
		B	Mongetes blanques amb verdures, pebre vermell , all i llozer	Mongeta tendra saltada	Amanida de tardor	Fulles d'enciam amb arròs xines	Amanida del xef	Meló amb pernil	Amanida campesina
	2n plat	A	Peix al forn amb porros cruixents	Espaguetis carbonara pollastre	Rodó de vedella amb verdures de tardor	Mandonguilles a la jardinera	Peix al forn amb tomàquet al forn	Lassanya de carn	Faux filete a la planxa amb verdures al forn
		B	Botifarra a la planxa albergínia al forn	Peix a la planxa amb wok de verdures	Salmó marinat al forn	Sipia a la planxa amb saltat de verdures	Fricandó amb salsa	Peix al grill amb julinana de verdures	Peix a la donostiarra
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt sabors	logurt de fruites	Gelatina	Flam de mató	logurt natural	logurt de sabors	Profiteroles
	BERENAR		Suc fruita / Infusió	Fruita tallada/ Infusió	Batut de fruita / Infusió	llet / Infusió	logurt bevable / Infusió	Suc de fruita / Infusió	logurt bevable / Infusió
			Pa amb embotit / Biscotes amb formatget	Pa amb embotit / logurt amb fruits secs	Pa amb formatge / Pa amb xocolata	Pa amb embotit / Floccs cereals	Pa amb embotit / Compota amb bastonets de pa	Pa amb embotit / Formatge blanc amb nous	Pa amb embotit / Taller: Brotxetes de fruita
S O P A R	1r plat	A	Amanida amb olives i blat de moro	Col.liflor amb patata	Amanida amb delícies de mar	Sopa de pasta	Pèsols i pastanaga saltats	Crema de naps i pastanaga	Amanida de l'hort
		B	Bledes a la catalana	Amanida amb ruca, panses i pipes	Pebrots farcits verdures	Amanida amb remolatxa	Amanida amb advocat i formatge fresc	Amanida mixta	Sopa minestrone
	2n plat	A	Barretes de peix al forn amb daus de pastanaga	Truita de tonyina amb "xerries"	Gall dindi a la planxa amb chutney de carbassa	Peix a la planxa amb verdures al vapor	Cuixetes de pollastre al forn amb charlottes	Peix a la marinera	Pizza
		B	Vedella a la planxa amb xips de poma al forn	Peix al forn amb herbes aromàtiques	Peix al forn amb salsa verda	Truita paisana	Peix a la planxa amb salsa velouté	Remenat d'espàrrecs	Peix al forn al aroma de cítrics
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	Petit suís	logurt natural	logurt de fruites	logurt de sabors	Gelatina	logurt de fruites	logurt natural

Setmana 2

9- 15 NOVEMBRE 2020

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Amanida amb pera, fulla de roure i sèsam	Amanida amb raïm i mozzarella	Cassoleta de Llenties amb verdures i arròs	Carpacció de carbassó amb vinagreta de pesto	Col.liflor al graten	Tomàquets farcits de formatge de cabra	"Puding" de tonyina amb enciam
		B	Espinacs a la crema	Escalivada	Amanida niçoise	Amanida cannonges i nous	Amanida amb toppings	Amanida amb torrades d'hummus	Amanida 4 estacions
	2n plat	A	Peix a la veneciana	Pastis de carn	Gall dindi a la planxa amb noddles de verdures	Fideus a la cassola	Pollastre a la cassola	Arròs de peix	Macarrons bolonyesa
		B	Mitjana de porc a la planxa amb moniato al forn	Peix a la planxa amb tempura de verdures	Peix a la vizcaïna	Peix al forn amb piperrada	Peix a la planxa amb verdures cruixents	Rodó de porc amb patates rodones	Peix al forn amb samfaina
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt de fruites	logurt de fruites	Chesse cake	logurt natural	logurt de sabors	Natilles	logurt de fruites
	BERENAR		Suc fruita / Infusió	llet / Infusió	Batut de fruita / Infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt bevable / Infusió	llet / Infusió	Fruita tallada/ Infusió
			Pa amb formatge / Pa amb oli i cacau en pols	Pa amb embotit / pa de pessic casolà	Pa amb embotit / logurt amb musli	Pa amb embotit / logurt amb fruits secs	Pa amb embotit / Compota amb bastonets de pa	Cereals s/sucre / Pa amb embotit	Taller: "pancakes" de plàtan i avena / Biscotes amb formatget
S O P A R	1r plat	A	Verdura tricolor al vapor amb oli d'oliva verge	Amanida amb cogombrets i pernil dolç	"Crestes" de verdures al forn	Cabdells amb crema balsàmica	Crema de verdures de tardor	Amanida variada	Sopa de peix
		B	Amanida amb col lombarda	Pourrusalda	Amanida mesclum amb vinagreta de mostassa	Consomé amb "pilotetes"	Amanida amb tonyina i olives negres	Espàrrecs a la planxa amb encenalls de pernil salat	Amanida tropical
	2n plat	A	Hamburguesa de pollastre amb crema de ceba	llom a la planxa amb xampinyons	Xipirons saltats amb all i julivert	Quiche	Peix a la provençal	"Burritos"	Tires de pollastre amb wok de verdures
		B	Peix al forn sobre un "llit de verdures"	Truita de bacallà	Aletes de pollastre amb tomàquet al forn	Peix a la planxa amb saltat de verdures	Bistec a la planxa amb pebrot verd	Peix a la planxa amb verdures al forn	Truita a la francesa
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt natural	Petit suís	logurt de fruites	logut bevable	Gelatina	logurt natural	logurt de sabors

Setmana 3

16-22 Novembre 2020

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Patates farcides de verdures	Amanida amb fruits secs	Mongetes vermelles amb verdures i fideus	Amanida italiana amb crostonets i ruca	Ilenties vegetaraines	Amanida amb sardinetes	Amanida completa de l'hort
		B	Amanida multicolor	Verdures a la planxa	Amanida codonyat i formatge	Arròs caldós amb verdures	Amanida amb guacamole	Pinya amb pernil	Espàrrecs amb maionesa
	2n plat	A	Vedella pepitòria	Raviolis amb salsa basilico	Peix al forn amb verdures	Peix a la planxa amb escabetx calent	Rodó de gall dindi amb poma	Canelons	Pastís d'arròs i carn
		B	Peix a la planxa amb xips de verdures al forn	Peix al forn al aroma de taronja	Escalopines de pollastre amb salsa de llimona	Galtes al forn a l'estil del xef	Peix a la planxa amb juliana de verdures	Peix al forn amb verdures i patata pairisines	Suquet de pescadors
	Postres	A	Macedònia	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt natural	Puding	logurt de fruites	logurt de sabors	Gelatina	logurt de fruites	Panacotta
	BERENAR		Suc fruita / Infusió	Batut de fruita / Infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt bevable / Infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt / infusió	Suc de fruita / Infusió
			Pa amb formatge / Pa amb xocolata	Pa amb embotit / logurt amb muesli	Pa amb formatge / Coca de forner	Pa amb embotit / Compota amb bastonets de pa integrals	Pa amb embotit / Formatge blanc amb fruits secs	Pa amb embotit / Taller: Smoothies	Biscotes amb formatge / logurt amb fruits secs
S O P A R	1r plat	A	Crema de carbassa	Bròquil saltat amb xampinyons i ceba	Sopa de pistons	Amanida amb palmitos i blat de moro	Rotllets de carbassó amb formatge cremós	Amanida d'hortalisses fresques	Sopa de ceba
		B	Amanida marinera	Amanida amb brots tendres	Amanida caprese	Pèsols amb pernil	Amanida amb mongeta tendra	Crema verda	Amanida amb fruits de mar
	2n plat	A	Ilom sajonia amb ratatouille	Truita de julivert fresc amb concassé de tomàquet	Peix a la planxa amb verdures al vapor	Peix al forn amb encenalls de pastanaga i ceba	Peix a la romana	Creps	Truita de patates
		B	Cassoleta de brandada	"Poupietes" de peix al vapor amb gambes	Hamburguesa de gall dindi amb verdures saltades	Ous al plat amb "pisto"	Vedella a la planxa amb pastanagues baby	Peix a la planxa amb wok de verdures	Peix a la planxa amb verdures planxa
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	Gelatina	logurt de sabors	Petit suís	logurt natural	logurt bevable	logurt natural	logurt de sabors

Setmana 4

23-29 Novembre 2020

			DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
D I N A R	1r plat	A	Cigrons amb carbassa i quinoa	Ous farcits amb crudités	Crema de lleties vermelles	Espinacs gratinats	Saltat de verdures amb llacets de pasta	Amanida campestre	Entremesos
		B	Amanida de canonges i fruits vermells	Amanida amb favetes baby	Amanida amb poma i nous	Amanida oriental amb arròs	Amanida de tardor a l'estil del xef	Rotllets primavera al forn	Amanida amb salsa còctel
	2n plat	A	Costella adobada amb verdures	Peix al forn amb saltat de verdures	Pollastre al forn salsa ametlles	llom a la sal amb bolets de tardor	Vedella estofada	Pollastre agredolç	Rissotto de bolets
		B	Peix al forn amb muselina	Pasta a la puttanesca	Peix a la planxa amb patates luxe	Peix al ajoarriero	Peix al forn amb salsa de porros	Peix al forn amb crosta cruixent	Peix a la planxa amb verdures al dente
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt amb fruita	logurt natural	mató i mel	logurt de sabors	Peitt suís	Gelat	logurt natural
	BERENAR		Fruita tallada / Infusió	Suc de fruita / Infusió	llet / Infusió	Batut de fruita / infusió	Fruita tallada / Infusió	logurt bevable / Infusió	Batut de fruita / Infusió
			Pa amb embotit / cereals amb llet	Pa amb formatge / Pa de pessic casolà de llimona	Pa amb embotit / Biscotes integrals amb melmelada	Pa amb embotit / logurt amb flocs d'avena	Formatge blanc amb fruits secs / Pa amb xocolata	Compota amb bastonets de pa / Pa amb embotit	Taller: Carrot cake / Biscotes amb formatge
S O P A R	1r plat	A	Amanida hortelana	Verdures de temporada al vapor	Amanida amb advocat i tonyina	Cabdells amb olivada	Amanida amb mix de llavors	Sopa juliana	Minipizzetes d'albergínia
		B	Sopa de pasta	Amanida amb cors de carxofa i encenalls de pernil salat	Sopa bullavesa	Amaniga grega	Crema taronja	Amanida amb daus de fruita	Amanida verda
	2n plat	A	Pernilets de pollastre brassejats	Croquetes de carn d'olla al forn	Tires de vedella a la planxa juliana verdures	Peix al forn amb verdures al forn	Cordon bleau de gall dindi al forn amb verdures saltades	Truita de de moniato	Salsitxa a la planxa amb espàrrecs verds a la planxa
		B	Peix a la planxa amb cols de brusselles	Peix al forn amb pebrot italià	Hamburguesa peix amb ceba cruixent	Remenat de verdures	Calamars a la planxa amb julivert i llimona	Peix a la planxa amb verdures a la planxa	Filets de peix al forn amb salsa de llimona
	Postres	A	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps
		B	logurt de sabors	logurt bevable	Petit suís	logurt natural	logurt bevable	logurt natural	logurt de sabors