

<p>02 DILLUNS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espinacs saltejats amb panses - Pollastre al forn amb patates - Fruita de temporada 	<p>03 DIMARTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuscus amb cigrons i verdures com a plat únic - Fruita de temporada 	<p>04 DIMECRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tomàquets amanits amb ceba i olives - Estofat de llenties - Fruita de temporada 	<p>05 DIJOUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de pastanaga - Truita de patates i ceba - Fruita de temporada 	<p>FESTIU</p> 
<p>09 DILLUNS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Amanida d'alvocat, ceba i enciam - Orada al forn amb llit de patata i ceba - Fruita de temporada 	<p>10 DIMARTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de lletres - Croquetes de pollastre - Fruita de temporada 	<p>11 DIMECRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrons a la bolonyesa - Amanida amb pastanaga, olives i blat de moro - Fruita de temporada 	<p>12 DIJOUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trinxat de col i patata - Hamburguesa de vedella amb ceba caramelitzada - Fruita de temporada 	<p>13 DIVENDRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guacamole - Tacos mexicans amb pollastre i verdures - Fruita de temporada
<p>16 DILLUNS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arròs a la cubana amb ous ferrats com a plat únic - Fruita de temporada 	<p>17 DIMARTS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de carbassa - Raviolis amb salsa de tomàquet - Fruita de temporada 	<p>18 DIMECRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de brou d'au amb pistons - Llibrets de llom farcits de pernil i formatge - Fruita de temporada 	<p>19 DIJOUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espaguetis al pesto - Peix blau al forn - Fruita de temporada 	<p>20 DIVENDRES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pizza casolana com a plat únic - Fruita de temporada
<p>23 FESTIU</p> 	<p>24 FESTIU</p> 	<p>25 FESTIU</p> 	<p>26 FESTIU</p> 	<p>27 FESTIU</p> 
<p>30 FESTIU</p> 	<p>31 FESTIU</p> 			

AL·LÈRGENS

1 Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats. 2 Crustàcis i productes a base de crustàcis. 3 Ous i productes a base d'ou. 4 Peix i productes a base de peix. 5 Cacauets i productes a base de cacauets. 6 Soja i productes a base de soja. 7 Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa). 8 Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous de Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats. 9 Api i productes derivats. 10 Mostassa i productes derivats. 11 Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam. 12 Anhidríd sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10mg/kg o 10ml/l expressat com a SO2 13 Tramussos i productes a base de tramussos. 14 Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.

Coordinació: llibertatmenjador@gmail.com
 Administració: administracio@ambitescola.cat
 Avisos i incidències: 653 821 492

àe
àmbit escola
 projectes socio-educatius

**MES DE LA COL**

Font de minerals i vitamines
 Alt contingut en fibra
 Té propietats antioxidants

Menús elaborats per:
MARIA LOBO SAHÚN
 Graü en nutrició i dietètica
 CAT 002531