





La Fruita proximitat serà: meló, síndria, poma, plàtan, pera Dimecres pa integral - logurt de granja d'Olot - Per a qualsevol dubte en referència al menú podeu contactar amb l'equip de dietistes-nutricionistes info@cesnut.com .   				Dijous 1				Divendres 2											
				Macarrons ecològics amb tomàquet gratinats Truita carbassó i patates amb barreja d'enciam i olives Fruita del temps				Festa											
				Cal 710	Lip 26	Prot 24	HC 95												
Dilluns 5				Dimarts 6				Dimecres 7				Dijous 8				Divendres 9			
Festa				Amanida d'arròs Lluç arrebossat amb enciam i olives Gelat				Vichyssoise (carbassó, ceba, porros, patata..) Pollastre rostit al forn al curry amb arròs llarg Fruita del temps				Mongetes blanques amb verdures Bistec magre planxa amb patates al forn Fruita del temps				Espaguetis ecològics a la carbonara Filet de llenguadina amb mèsclum d'enciams Fruita del temps			
Cal 746	Lip 22	Prot 27	HC 110	Cal 774	Lip 30	Prot 28	HC 98	Cal 724	Lip 28	Prot 33	HC 85	Cal 714	Lip 22	Prot 28	HC 101				
Dilluns 12				Dimarts 13				Dimecres 14				Dijous 15				Divendres 16			
Broquil amb patates, all i pernil Estofat de gall dindi amb pastanaga i cuscus logurt de granja				Arròs blanc ecològic amb sofregit de tomàquet Filet de lluç planxa amb enciam i olives Fruita del temps				Amanida russa amb maionesa Hamburguesa de vedella planxa amb carbassó arrebossat Fruita del temps				llenties amb quinoa Pastís d'ou ecològic amb patata i ceba amb enciam i pastanaga Fruita del temps				Amanida de pasta ecològica Tires calamar arrebossat amb mèsclum enciam i pipes de gira-sol Fruita del temps			
Cal 666	Lip 26	Prot 24	HC 84	Cal 723	Lip 27	Prot 23	HC 96	Cal 716	Lip 24	Prot 30	HC 95	Cal 733	Lip 29	Prot 22	HC 96	Cal 730	Lip 27	Prot 25	HC 95
Dilluns 19				Dimarts 20				Dimecres 21											
Arròs ecològic milanesa (verdures i pollastre) Filet llenguadina amb enciam i blat de moro Fruita del temps				Mongeta tendra i patata Mandonguilles vedella amb salsa xampinyons Fruita del temps				MENÚ FI DE CURS Amanida de pasta multicolor Pit pollastre arrebossat amb xips Gelat Taronjada											
Cal 707	Lip 23	Prot 29	HC 96	Cal 662	Lip 26	Prot 24	HC 84	Cal 796	Lip 32	Prot 23	HC 104								