

DILLUNS 2 - Arròs integral amb all i julivert - Ous durs amb sofregit de ceba i tomàquet - Fruita SOPAR	DIMARTS 3 - Espirals al pesto rosso - Bacallà a la mussolina d'alls amb amanida - Fruita SOPAR	DIMECRES 4 - Bròquil i patata al vapor - Pollastre a l'allet amb amanida - Fruita SOPAR	DIJOUS 5 - Crema de carbassa - Mandonguilles de pollastre al forn amb salsa de tomàquet - Iogurt natural SOPAR	DIVENDRES 6 - Mongeta seca i patata al vapor - Estofat de gall dindi a la jardineria amb amanida - Fruita SOPAR
DILLUNS 9 - Hummus de cigrons amb crudités - Espaguetis amb crema de llet - Fruita SOPAR	DIMARTS 10 - Arròs integral amb salsa de tomàquet - Peix fresc al forn amb all i julivert amb amanida - Fruita SOPAR	DIMECRES 11 - Crema de carbassa amb rostes - Pollastre al forn amb salsa de prunes i amanida - Fruita SOPAR	DIJOUS 12 - Mongeta seca, patata i pastanaga al vapor - Truita de carbassó amb amanida - Fruita SOPAR	DIVENDRES 13 - Trinxat de col i patata amb oli d'all - Gall dindi amb salsa ximurri i amanida - Iogurt natural SOPAR
DILLUNS 16 - Llenties estofades amb verdures - Truita de patata i ceba amb amanida - Fruita SOPAR	DIMARTS 17 - Cigrons, patata i pastanaga al vapor - Pernilets de pollastre amb salsa de taronja i api amb amanida - Fruita SOPAR	DIMECRES 18 - Arròs integral amb all i julivert - Lluç al forn amb sofregit de tomàquet i ceba amb amanida - Fruita SOPAR	DIJOUS 19 - Mongeta verda i patata al vapor - Croquetes de bacallà amb amanida - Iogurt natural SOPAR	DIVENDRES 20 - Crema de coliflor i porros amb rostes - Macarrons a la bolonyesa vegetal amb amanida - Fruita SOPAR
DILLUNS 23 - Arròs integral amb salsa de tomàquet - Lluç a la donostiarra amb amanida - Fruita SOPAR	DIMARTS 24 - Coliflor, patata i pastanaga al vapor - Gall dindi al forn amb salsa de prunes i amanida - Fruita SOPAR	DIMECRES 25 - Cigrons i patata al vapor - Aletes de pollastre adobades amb cuscús - Fruita SOPAR	DIJOUS 26 - Crema de verdures - Fideuà de peix amb allioli casolà - Fruita SOPAR	DIVENDRES 27 - Mongeta seca i patata al vapor - Truita de carbassó amb amanida - Iogurt natural SOPAR
DILLUNS 30 FESTIU SOPAR	DIMARTS 31 FESTIU SOPAR	SOPAR	SOPAR	SOPAR

* Cada dia hi ha amanida al menú feta a partir d'hortalisses fresques: enciam, espinacs, tomàquet, pebrot, ceba, remolatxa, pastanaga...
 * Cada hi haurà pa integral
 * Les truites estan elaborades amb ous frescos
 * L'arròs i tots els llegums són de circuit curt i ecològics.
 * Arrebossats d'elaboració pròpia i cuinats amb oli d'oliva.
 * Els iogurts són sempre ecològics, elaborats artesanalment a la Garrotxa.

Els menús estan fets amb seguint la guia:
 "Alimentació Saludable en l'etapa escolar" Edició 2020.