

BASAL		SETEMBRE / OCTUBRE 2021		Nutri. Gemma Oña (CAT/0719)	CIBUS col·lectivitats
13 - 17 Setembre / 25 - 30 Octubre	Arròs integral amb pastanaga, pèsols	Puré de patates amb verdures	Sopa freda de tomàquet i orenga	Crema de carbassó, patata i crostons de pa	Menestra de verdures (patata, pastanaga i mongeta)
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Pollastre al forn amb picada i grapatet de mill	Llenties amb sofregit de tomàquet	Peix S/M	Truita a la francesa	Macarrons integrals amb bolonyesa vegetal de soja texturitzada
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO
20 - 24 Setembre	Sopa minestrone (col, pastanaga i porro)	Crema de carbassa i pastanaga amb crostons de pa	Arròs integral amb verdures (p. Verd i vermell, blat de moro i olives)	Patata coliflor i pèsols	LA MERCÈ
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	
	Truita de patates	Cigrons amb sofregit	Espatlla de porc rostida amb sofregit	Macarrons integrals amb sofregit de tomàquet	
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	
27 Setembre - 1 octubre	Crema de porros, ceba i «corn flakes de blat de moro»	Espaguetis amb salsa de verdures	Arròs integral amb salsa de verdures escalivades (pastanaga, porro, p.verd i vermell, ceba)	Bullit de patata i pastanaga amb «maionesa vegetal»	Crema de verdures i crostons de pa
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Pollastre al forn amb grapatet de quinoa	Falafel de cigrons amb verdures, iogurt i menta	Peix S/M	Llenties saltades amb carbassó i pebrot.	Truita de patates
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada

4 – 9 Octubre	Minestra de patata,coliflor i mongeta.	Macarrons integrals amb salsa de tomàquet	Crema de blat de moro amb «corn flakes»	Arròs integral amb salsa de verdures	Cigrons saltats amb romesco
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Estofat de vedella amb salsa de verdures	Llenties estofades amb verdures escalivades	Peix S/M	Hamburguesa vegetal amb chutney de fruita	Truita a la francesa
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada
11 – 15 Octubre	Mongetes estofades	FESTIU	Cigrons i blat tendre amb tomàquet	Crema de carbassó, patata i crostons de pa	Puré de patates sofregit de tomàquet
	Enciams variats + crudité		Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Hamburguesa de vedella amb patata al caliu		Peix S/M	Truita de patates	Arròs integral amb llenties i verdures escalivades
	Fruita de temporada		Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO
18 – 22 Octubre	Tallarines integrals amb sofregit de tomàquet	Verdures al vapor (pastanaga,mongeta i patata) amb allioli vegetal	Arròs integral amb salsa de verdures escalivades (pastanaga, porro, p.verd i vermell, ceba)	Crema de pastanaga, ceba i crostons de pa	Puré de patates
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Llom rostit amb mill	Cigrons saltats amb romesco	Truita a la francesa	Peix S/M	Saltat de llenties amb verdures escalivades
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO