

	BASAL	10 OCTUBRE / MARÇ	Data aprovació – 06/10/2020	Nutri. Gemma Oña (CAT/0719)	CIBUS col·lectivitats
Del 13 al 16 d'octubre i del 23 al 27 de novembre	Arròs amb tomàquet	Fideuada de verdures amb all i oli	Crema de carbassó i patata	Patata, bròquil i coliflor	Crema de bolets i ceba
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Hamburguesa vegetal	Peix S/M	Truita de pèsols i salsa de tomàquet	Estofat de llenties, cigrons i verdures (ceba, carbassa)	Pollastre amb grapat de quinoa
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada
Del 19 al 23 d'octubre i del 30/11 al 4 de desembre	Pèsols ofegats	Puré de patates amb verdures	Crema de llegums (mongeta blanca i pinta)	Sopa «Minestrone» de verdures (col, pastanaga i porro)	Arròs integral saltat amb bròquil i ceba
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Estofat de llenties i quinoa	Espatlla de porc rostida	Cous cous amb verdures i espècies	Truita de patates	Peix S/M
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Del 26 al 30 d'octubre i del 9 al 11 de desembre	Patata amb coliflor	Arròs integral amb pastanaga, truita a la francesa i pèsols	Crema de carbassa i moniatos	Tallarines a la carbonara vegetal (pastanaga, ceba, carbassó)	Minestra de verdures de temporada
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Llenties amb sofregit de tomàquet	Peix S/M	Blanqueta de gall d'indi amb grapatet de quinoa	Vedella rostida	Cigrons amb verdures escalivades
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO
Del 2 al 6 de novembre i del 14 al 18 de desembre	Crema de pastanaga i moniato	Patata bullida amb col d'hivern	Mongetes amb salsa de verdures escalivades (pastanaga, porro, p. verd, p. vermell, ceba)	Verdura (bròquil, pèsols, pastanaga i patata) al vapor amb lactonesa	Arròs amb tomàquet
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Falafel de cigrons amb verdures, iogurt al curri	Pollastre al forn amb all, romaní, farigola i llimona	Peix S/M	Truita de tonyina	Llenties amb carbassó i pebrots
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO
Del 9 al 13 de novembre i 21,22 de desembre	Crema de castanyes i patata	Macarrons amb xampinyons	Sopa de peix i verdures	Estofat de verdures	Arròs amb sofregit de tomàquet
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Hamburguesa de vedella amb patates al caliu	Estofat de llegums	Espatlla de porc rostida al forn	Cigrons saltats amb romesco	Peix S/M
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada
Del 16 al 20 de novembre	Crema de ceba i porros	Patata amb bròquil	Macarrons al forn amb «bolonyesa vegetal»	Escudella de llegums i verdures	Verdura (bròquil, coliflor, pastanaga i patata) al forn amb lactonesa
	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité	Enciams variats + crudité
	Estofat d'arròs i llenties	Llom de porc amb sofregit de tomàquet	Seità amb sofregit i carbassa	Peix S/M	Truita de patates
	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada