



Menú General

octubre de 2026

El dinar s'acompanya de pa moreno i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i Oli d'Oliva verjo per trempar.

Les fruites d'aquest mes poden ser: Mandarina, Meló, Pera, Poma, Plàtan. Les hortalisses que poden ser fresques aquest mes són: Albergínia, Bledes, Bròquil, Carabassa, Carabassí, Cogombre, Col blanca, Coliflor, Enciam, Escarola, Espinac, Moniato, Pastanaga, Patata, Pebre, Porros, Tomàtiga.

				1	2
				Llenties a la Jardineria (1) Hamburguesa de Pollastre i Vedella a la planxa (1,6,7,12) Patates rostides Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita amb ensalada / Fruita	Arròs sec paella de Carn i Verdures Abadejo al forn amb Salsa Verda (4) Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, fulla de roure, pastanaga, tomàtiga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Fajitas de pollastre i verdures / Fruita
5	6	7	8	9	
Crema de Verdures amb Crostons (1,6,11) Truita de Patata i Carabassí (3) Ensalada amb Formatge tendre (iceberg, mesclum, tomàtiga) (7) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i lluç a la planxa amb verdures / Fruita	Espaguetis integrals amb Salsa al Pesto (1,3,6,7,8,10) Pollastre a la planxa amb Farigola Ensalada amb Olives (iceberg, romana, pastanaga, tomàtiga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Arròs amb verdures i truita / Fruita	Cuinat de Mongetes blanques amb Verdures Rostit humit de Llom Patates rostides Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb verdures / Fruita	Arròs a la Milanesa (6,7,12) Fogonero planxa amb picada (all, julivert, llimona) (4) Tomàtiga trempada amb Alfabaguera Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ous romputs amb patata i pebres / Fruita	Crema de Carabassa Ciurons al curri (ceba, carabassí, nata) (7) Arròs bullit Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza variada / Fruita	
12	13	14	15	16	
	Ensalada variada (iceberg, romana, tomàtiga) amb Pollastre cruixent (1) Cuinat de Llenties amb Verdures i Arròs (1) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Crema i bunyols de bacallà i patata / Fruita	Arròs a la Napolitana Truita a la francesa (3) Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, fulla de roure, pastanaga, tomàtiga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Saltat de verdures amb cuscús i ciurons / Fruita	Sopa de Brou d'Au amb Fidevi integral (1,3,6,10) Gallineta al forn a la Marinera (2,4,14) Ceba, Pastanaga i Patata panadera Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata / Fruita	Cuinat de Ciurons amb Verdures Pollastre al forn amb Salsa de Carn Patates a cantons Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Wraps de salmó i ensalada / Fruita	
19	20	21	22	23	
Crema de Pastanaga Llonganissa de Porc (12) Ensalada variada amb Tonyina (iceberg, roure, tomàtiga) (4) i Patates rostides Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita de verdura / Fruita	Arròs sec paella de Carn i Verdures Salmó al forn a la Taronja (4) Ceba i Pastanaga Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i croquetes de ciurons amb patata / Fruita	Llenties amb Verdures (1) Truita de Patata i Ceba (3) Ensalada amb Olives (iceberg, romana, pastanaga, tomàtiga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Bacallà al forn amb verdures i patata / Fruita	Crema de Verdures Estofat de Pollastre Verdures (ceba, tomàtiga, pastanaga, pèsols) i Patata Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i pastís d'ou i verdures / Fruita	Ensalada variada amb Rotllets de Pernil i Formatge (6,7,12) Macarrons integrals a la Bolonyesa Vegetal (1,3,6,10) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Pa amb oli / Fruita	
26	27	28	29	30	
Ensalada variada (iceberg, fulla de roure, pastanaga, tomàtiga) i Truita (3) Cuinat de Llenties amb Verdures i Arròs (1) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Crema i truita de patata i verdures / Fruita	Tallarins integrals a la Carbonara (1,3,6,7,10) Fogonero al forn amb Velouté (4) Ceba, Porro i Tomàtiga Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Hamburguesa de ciurons amb patata i ensalada / Fruita	Crema de Verdures Indiot al forn amb Salsa Castellana Ceba, Poma i Patata Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i lluç panat amb ensalada / Fruita	Ciurons amb Sofrit i Salsa de Tomàtiga Llom al forn a la Mostassa (10) Ensalada amb Crostons (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga) (1,6,11) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i calamarsins / Fruita	Arròs brouós de Peix (2,4,14) Truita de Patata i Ceba (3) Ensalada variada amb Tonyina (iceberg, romana, tomàtiga) (4) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Quesadillas variades / Fruita	

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Apí 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos