

AMISTAT

VEGÀ (SI OU)

TORNEM

A
l'escola!

Setembre

DEL 6 AL 8 DE
SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE
SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE
SETEMBRE

DILLUNS



FESTIU

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)
TRUITA DE PATATA amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga
logurt VEGETAL

AMANIDA D'ARRÒS (pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba **SENSE formatge**)
logurt VEGETAL

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS



AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams pipes de girasol, crostons, panses i olives)
ESPAGUETIS A LA CARBONARA s/porc (amb xampinyons)
logurt VEGETAL

SOPA AMB FAJOLI I VERDURES
SEITÀ PLANXA amb patates fregides
Fruita del temps

AMANIDA VARIADA
MONGETA BLANCA CUITA AMB OLI D'ALFÀBREGA
Fruita del temps



DIMECRES

ARRÒS AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA
TOFU AMB VERDURES amb xips de patata
GELAT*

ARRÒS TRICOLOR (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)
LLENTIES AMB VERDURES
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES I LLENTIES (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)
HAMBURGUESA VEGETAL amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
FIDEUS AMB VERDURES I TOFU
Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat)
TRUITA FRANCESA amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS (tomàquet, pebrot vermell i olives)
OUS FARCITS D'OLIVES I MAIONESA
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR amb crostons de pa
AMANIDA DE CIGRONS
Fruita del temps

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i pastanaga)
ROTLET PRIMAVERA amb tomàquet i ceba al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ amb crostons de pa
HAMBURGUESA VEGETAL amb amanida de tomàquet, olives i pipes de gira-sol
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
SEITÀ GUISAT AMB FARIGOLA amb enciam, blat de moro i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA CAMPEROLA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa)
TOFU AMB VERDURES
Fruita del temps

GASPATXO de SÍNDRIA
ESTOFAT DE SEITÀ AMB PATATA
Fruita del temps



@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure de proximitat

AMISTAT

SENSE LACTOSA

TORNEM

A l'escola!

Setembre

DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)
TRUITA DE PATATA amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga
logurt S/LACTOSA

AMANIDA D'ARRÒS (pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba i gratinats amb **FORMATGE S/LACTOSA**)
logurt S/LACTOSA

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams pipes de girasol, crostons, panses i olives)
ESPAGUETIS A LA CARBONARA S/LACTOSA
logurt S/LACTOSA

SOPA AMB FAJOLI I VERDURES
BOTIFARRA* amb patates fregides
Fruita del temps

MONGETA BLANCA CUITA AMB OLI D'ALFÀBREGA
POLLASTRE ROSTIT Amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIMECRES

ARRÒS AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA
POLLASTRE AL FORN amb xips de patata
GELAT S/LACTOSA

ARRÒS TRICOLOR (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)
PEIX AL FORN amb patates, ceba i tomàquet al forn
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES I LLENTIES (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)
HAMBURGUESA VEGETAL S/LACTOSA amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA*
FIDEUÀ (brou de peix, natural, sofregit de ceba i tomàquet i sípia (allíoli opcional))
Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat)
TRUITA DE PERNIL* amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS (tomàquet, pebrot vermell i olives)
OUS FARCITS DE TONYINA I MAIONESA
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR* amb crostons de pa
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb amanida de tomàquet, i olives
Fruita del temps

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i pastanaga)
ROTLET PRIMAVERA* amb tomàquet i ceba al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ* amb crostons de pa
HAMBURGUESA MIXTA* amb amanida de tomàquet, olives i pipes de gira-sol
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE GUISAT AMB FARIGOLA amb enciam, blat de moro i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA CAMPEROLA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa)
PEIX AL FORN amb amanida d'enciam, tomàquet i **FORMATGE S/LACTOSA**
Fruita del temps

GASPATXO de SÍNDRIA
SUQUET DE PEIX AMB PATATA
Fruita del temps



Fem servir fruita i verdura de temporada i de proximitat. Un cop al mes el llegum o la pasta serà ecològica i el iogurt també. Les carns i els pollastre que oferim són de granges de proximitat.



Teno
Cuina i lleure de proximitat

@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors



AMISTAT

SENSE PEIX NI ANACARDS

Setembre

DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)
TRUITA DE PATATA amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga
logurt

AMANIDA D'ARRÒS (pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba i gratinats amb formatge)
logurt

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams pipes de girasol, crostons, panses i olives)
ESPAGUETIS A LA CARBONARA*
logurt

SOPA AMB FAJOLI I VERDURES
BOTIFARRA* amb patates fregides
Fruita del temps

MONGETA BLANCA CUITA AMB OLI D'ALFÀBREGA
POLLASTRE ROSTIT Amb tomàquet amanit
Fruita del temps



DIMECRES

ARRÒS AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA
POLLASTRE AL FORN amb xips de patata
GELAT*

ARRÒS TRICOLOR (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)
LLOM PLANXA amb patates, ceba i tomàquet al forn
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES I LLENTIES (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)
HAMBURGUESA VEGETAL* amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
FIDEUS AMB VERDURES I COSTELLA
Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat)
TRUITA DE PERNIL amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS (tomàquet, pebrot vermell i olives)
OUS FARCITS DE OLIVES I MAIONESA
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR amb crostons de pa
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb amanida de tomàquet, i olives
Fruita del temps

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i pastanaga)
ROTLET PRIMAVERA* amb tomàquet i ceba al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ amb crostons de pa
HAMBURGUESA MIXTA amb amanida de tomàquet, olives i pipes de gira-sol
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE GUISAT AMB FARIGOLA amb enciam, blat de moro i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA CAMPEROLA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa)
TRUITA FRANCESA amb amanida d'enciam, tomàquet i formatge
Fruita del temps

GASPATXO de SÍNDRIA
POLLASTRE PLANXA AMB PATATA
Fruita del temps



**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI PEIX NI ANACARDS



@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure de proximitat

AMISTAT

SENSE CARN NI PEIX

Setembre

DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)
TRUITA DE PATATA amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga
logurt

AMANIDA D'ARRÒS (pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba i gratinats amb formatge)
logurt

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams pipes de girasol, crostons, panses i olives)
ESPAGUETIS A LA CARBONARA s/porc (amb xampinyons)
logurt

SOPA AMB FAJOLI I VERDURES
SEITÀ PLANXA amb patates fregides
Fruita del temps

AMANIDA VARIADA
MONGETA BLANCA CUITA AMB OLI D'ALFÀBREGA
Fruita del temps

DIMECRES

ARRÒS AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA
TOFU AMB VERDURES amb xips de patata
GELAT*

ARRÒS TRICOLOR (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)
LLENTIES AMB VERDURES
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES I LLENTIES (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)
HAMBURGUESA VEGETAL amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
FIDEUS AMB VERDURES I TOFU
Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat)
TRUITA FRANCESA amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS (tomàquet, pebrot vermell i olives)
OUS FARCITS D'OLIVES I MAIONESA
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR amb crostons de pa
AMANIDA DE CIGRONS
Fruita del temps

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i pastanaga)
ROTLET PRIMAVERA amb tomàquet i ceba al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ amb crostons de pa
HAMBURGUESA VEGETAL amb amanida de tomàquet, olives i pipes de gira-sol
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
SEITÀ GUISAT AMB FARIGOLA amb enciam, blat de moro i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA CAMPEROLA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa)
TOFU AMB VERDURES
Fruita del temps

GASPATXO de SÍNDRIA
ESTOFAT DE SEITÀ AMB PATATA
Fruita del temps

**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI PEIX NI CARN



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat



AMISTAT

SENSE GLUTEN
NI LLENTIES

Setembre

DEL 6 AL 8 DE
SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE
SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

**ESPIRALS S/GLUTEN
AMB SOFREGIT DE
VERDURES** (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)
TRUITA DE PATATA
amb amanida d'enciam,
cogombre i pastanaga
logurt

AMANIDA D'ARRÒS
(pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA
(ou cuit amb sofregit de
tomàquet, ceba i gratinats
amb formatge)
logurt

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA
(tomàquet, enciams pipes
de girasol, **crostons
S/GLUTEN**, panses* i
olives)
**ESPAGUETIS S/GLUTEN
A LA CARBONARA***
logurt

**SOPA AMB FAJOLI I
VERDURES***
BOTIFARRA*
amb patates fregides*
Fruita del temps

**MONGETA BLANCA
CUITA AMB OLI
D'ALFÀBREGA**
POLLASTRE ROSTIT
Amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIMECRES

**ARRÒS AMB SALSÀ
CASOLANA DE
TOMÀQUET I
PASTANAGA**
POLLASTRE AL FORN
amb xips de patata*
GELAT S/GLUTEN

ARRÒS TRICOLOR (amb
mongeta verda, pastanaga
i blat de moro)
PEIX AL FORN
amb patates, ceba i
tomàquet al forn
Fruita del temps

**ARRÒS AMB
VERDURES S/LLENTIES**
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)
PEIX PLANXA
amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
FIDEUÀ S/GLUTEN (brou
de peix, natural, sofregit
de ceba i tomàquet i sípia
(allioli* opcional)
Fruita del temps

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

**AMANIDA DE PASTA
S/GLUTEN**
(tomàquet, olives i blat
de moro, amb vinagreta
suau d'alvocat)
TRUITA DE PERNIL*
amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS
(tomàquet, pebrot vermell
i olives)
**OUS FARCITS DE
TONYINA I MAIONESA***
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR
amb **crostons de pa
S/GLUTEN**
**POLLASTRE
ARREBOSSAT
S/GLUTEN CASOLÀ**
amb amanida de
tomàquet, i olives
Fruita del temps

**CIGRONS AMB
HORTALISSES** (col,
ceba, porro i pastanaga)
TRUITA FRANCESA
amb tomàquet i ceba al
forn
Fruita del temps

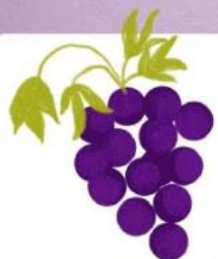
DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ
amb **crostons de pa
S/GLUTEN**
**HAMBURGUESA
MIXTA***
amb amanida de
tomàquet, olives i pipes
de gira-sol*
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
**POLLASTRE GUISAT
AMB FARIGOLA**
amb enciam, blat de moro
i cogombre
Fruita del temps

**AMANIDA
CAMPEROLA***
(pèsols, pastanaga cuita
i olives, amb vinagreta
suau de mostassa*)
PEIX AL FORN
amb amanida d'enciam,
tomàquet i formatge
Fruita del temps

**GASPATXO S/GLUTEN
de SÍNDRIA**
**SUQUET DE PEIX AMB
PATATA***
Fruita del temps



**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
GLUTEN NI LLENTIES



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat



SENSE PROTEÏNA
LLET DE VACA,
BLAT, NI FRUITS
SECS

Setembre

AMISTAT

DEL 6 AL 8 DE
SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE
SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS **S/ GLUTEN**
AMB SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)
TRUITA DE PATATA
amb amanida d'enciam,
cogombre i pastanaga
logurt de soja

AMANIDA D'ARRÒS
(pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA
(ou cuit amb sofregit de
tomàquet, ceba
S/LÀCTICS)
logurt de soja

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

ESPAGUETIS **S/ GLUTEN**
AMB TOMÀQUET
POLLASTRE PLANXA
Amb amanida
logurt de soja

SOPA AMB FAJOL* I
VERDURES
LLOM PLANXA
amb patates fregides
Fruita del temps

MONGETA BLANCA
CUITA AMB OLI
D'ALFÀBREGA
POLLASTRE ROSTIT
Amb tomàquet amanit
Fruita del temps



DIMECRES

ARRÒS AMB SALSA
CASOLANA DE
TOMÀQUET I
PASTANAGA
POLLASTRE AL FORN
amb xips de patata*
logurt de soja

ARRÒS TRICOLOR (amb
mongeta verda, pastanaga
i blat de moro)
PEIX AL FORN
amb patates, ceba i
tomàquet al forn
Fruita del temps

ARRÒS AMB
VERDURES **S/ LLENTIQUES**
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)
PEIX PLANXA
amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
S/LÀCTICS
FIDEUÀ **S/ GLUTEN** (brou
de peix, natural, sofregit
de ceba i tomàquet i sípia
(allolioli* opcional)
Fruita del temps

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA
S/ GLUTEN
(tomàquet, olives i blat
de moro, amb vinagreta
suau d'alvocat)
TRUITA **FRANCESA**
amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS
(tomàquet, pebrot vermell
i olives)
OUS FARCITS DE
TONYINA I MAIONESA*
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR
S/LÀCTICS
amb crostons de pa
S/ GLUTEN
POLLASTRE
ARREBOSSAT
S/ GLUTEN CASOLÀ
amb amanida de
tomàquet, i olives
Fruita del temps

CIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i pastanaga)
TRUITA **FRANCESA**
amb tomàquet i ceba al
forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ
S/LÀCTICS
amb crostons de pa
S/ GLUTEN
LLOM PLANXA
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE GUISAT
AMB FARIGOLA
amb enciam, blat de moro
i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA
CAMPEROLA*
(pèsols, pastanaga cuita
i olives, amb vinagreta
suau de mostassa*)
PEIX AL FORN
amb amanida d'enciam,
tomàquet **S/LÀCTICS**
Fruita del temps

GASPATXO **S/ GLUTEN**
de SÍNDRIA
SUQUET* DE PEIX AMB
PATATA
Fruita del temps



** ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS
CONTINGUI PROTEÏNA LLET DE VACA, BLAT, NI FRUITS SECS



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE VEDELLA, PROTEÏNA LLET DE VACA,
PEIX, MARISC, NI FRUITS SECS

DEL 6 AL 8 DE
SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE
SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE
SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE
SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES (tomàquet,
ceba, pebrot verd i
carbassó)
TRUITA DE PATATA
amb amanida d'enciam,
cogombre i pastanaga
logurt de soja

AMANIDA D'ARRÒS
(pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA
(ou cuit amb sofregit de
tomàquet, ceba
S/LÀCTICS)
logurt de soja

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

ESPAGUETIS AMB
TOMÀQUET
POLLASTRE PLANXA
Amb amanida
logurt de soja

SOPA AMB FAJOL I
VERDURES
LLOM PLANXA
amb patates fregides
Fruita del temps

MONGETA BLANCA
CUITA AMB OLI
D'ALFÀBREGA
POLLASTRE ROSTIT
Amb tomàquet amanit
Fruita del temps

DIMECRES

ARRÒS AMB SALS
CASOLANA DE
TOMÀQUET I
PASTANAGA
POLLASTRE AL FORN
amb xips de patata*
FRUITA

ARRÒS TRICOLOR (amb
mongeta verda, pastanaga
i blat de moro)
LLOM PLANXA
amb patates, ceba i
tomàquet al forn
Fruita del temps

ARRÒS AMB
VERDURES I LLENTIES
(amb saltat de pastanaga,
ceba i carbassó)
GALL D'INDI PLANXA
amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
S/LÀCTICS
FIDEUS AMB VERDURES
I COSTELLA
Fruita del temps

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA
(tomàquet, olives i blat
de moro, amb vinagreta
suau d'alvocat)
TRUITA FRANCESA
amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS
(tomàquet, pebrot vermell
i olives)
OUS FARCITS DE
OLIVES* I MAIONESA*
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR
S/LÀCTICS
amb crostons de pa
POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb amanida de
tomàquet, i olives
Fruita del temps

CIGRONS AMB
HORTALISSES (col,
ceba, porro i pastanaga)
TRUITA FRANCESA
amb tomàquet i ceba al
forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ
S/LÀCTICS amb
crostons de pa
LLOM PLANXA
amb amanida de
tomàquet, olives
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE GUISAT
AMB FARIGOLA
amb enciam, blat de moro
i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA CAMPEROLA
(pèsols, pastanaga cuita
i olives, amb vinagreta
suau de mostassa*)
TRUITA FRANCESA
amb amanida d'enciam,
tomàquet S/LÀCTICS
Fruita del temps

GASPATXO *de SÍNDRIA
POLLASTRE PLANXA
AMB PATATA
Fruita del temps



**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI
VEDELLA, PROTEÏNA LLET DE VACA, PEIX, MARISC, NI FRUITS
SECS
66



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat





SENSE FRUITS SECS (SITRACES) NI PRÉSSEC

Setembre

AMISTAT



DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)
TRUITA DE PATATA amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga
logurt

AMANIDA D'ARRÒS (pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba i gratinats amb formatge)
logurt

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams i olives)
ESPAGUETIS A LA CARBONARA*
logurt

SOPA AMB FAJOL* I VERDURES
BOTIFARRA* amb patates fregides*
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

MONGETA BLANCA CUITA AMB OLI D'ALFÀBREGA
POLLASTRE ROSTIT Amb tomàquet amanit
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)



DIMECRES

ARRÒS AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA
POLLASTRE AL FORN amb xips de patata*
GELAT*

ARRÒS TRICOLOR (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)
PEIX AL FORN amb patates, ceba i tomàquet al forn
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

ARRÒS AMB VERDURES I LLENTIES (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)
HAMBURGUESA VEGETAL* amb amanida
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

CREMA DE CARBASSA
FIDEUÀ (brou de peix, natural, sofregit de ceba i tomàquet i sípia (allíoli *opcional)
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alfavoc)
TRUITA DE PERNIL amb amanida
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

AMANIDA DE CIGRONS (tomàquet, pebrot vermell i olives)
OUS FARCITS DE TONYINA I MAIONESA
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

CREMA DE COLIFLOR amb crostons de pa
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb amanida de tomàquet, i olives
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i pastanaga)
ROTLLER PRIMAVERA* amb tomàquet i ceba al forn
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ amb crostons de pa
HAMBURGUESA MIXTA*
amb amanida de tomàquet, olives
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE GUISAT AMB FARIGOLA amb enciam, blat de moro i cogombre
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

AMANIDA CAMPEROLA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa)
PEIX AL FORN amb amanida d'enciam, tomàquet i formatge
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)

GASPATXO *de SÍNDRIA
SUQUET DE PEIX AMB PATATA
Fruita del temps (NO PRÉSSEC)



**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI FRUITS SECS NI PRÉSSEC

@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure de proximitat

AMISTAT

SENSE OU

Setembre

DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS S/OU AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)
POLLASTRE PLANXA amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga
logurt

AMANIDA D'ARRÒS (pèsols, pastanaga i olives)
PEIX PLANXA AMB PATATA
logurt

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams pipes de gira-sol, crostons, panses i olives)
ESPAGUETIS S/OU A LA CARBONARA*
logurt

SOPA AMB FAJOLI I VERDURES
BOTIFARRA* amb patates fregides
Fruita del temps

MONGETA BLANCA CUITA AMB OLI D'ALFÀBREGA
POLLASTRE ROSTIT Amb tomàquet amanit
Fruita del temps



DIMECRES

ARRÒS AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA
POLLASTRE AL FORN amb xips de patata*
GELAT S/OU

ARRÒS TRICOLOR (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)
PEIX AL FORN amb patates, ceba i tomàquet al forn
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES I LLENTIES (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)
PEIX PLANXA amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
FIDEUÀ S/OU (brou de peix, natural, sofregit de ceba i tomàquet i sípia)
s/jalloli
Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA S/OU (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat)
PEIX PLANXA amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS (tomàquet, pebrot vermell i olives)
LLOM PLANXA Amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR amb crostons de pa
POLLASTRE ARREBOSSAT S/OU CASOLÀ amb amanida de tomàquet, i olives
Fruita del temps

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i pastanaga)
ROTLET PRIMAVERA* amb tomàquet i ceba al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ amb crostons de pa
HAMBURGUESA MIXTA amb amanida de tomàquet, olives i pipes de gira-sol
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE GUISAT AMB FARIGOLA amb enciam, blat de moro i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA CAMPEROLA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa*)
PEIX AL FORN amb amanida d'enciam, tomàquet i formatge*
Fruita del temps

GASPATXO* de SÍNDRIA
SUQUET DE PEIX AMB PATATA
Fruita del temps



**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI OU



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat

SENSE PEIX, MARISC NI CRUSTACIS

Setembre

DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)
TRUITA DE PATATA amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga
logurt

AMANIDA D'ARRÒS (pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba i gratinats amb formatge)
logurt

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams pipes de girasol, crostons, panses i olives)
ESPAGUETIS A LA CARBONARA*
logurt

SOPA AMB FAJOLI I VERDURES
BOTIFARRA* amb patates fregides
Fruita del temps

MONGETA BLANCA CUITA AMB OLI D'ALFÀBREGA
POLLASTRE ROSTIT Amb tomàquet amanit
Fruita del temps



DIMECRES

ARRÒS AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA
POLLASTRE AL FORN amb xips de patata
GELAT*

ARRÒS TRICOLOR (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)
LLOM PLANXA amb patates, ceba i tomàquet al forn
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES I LLENTIES (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)
HAMBURGUESA VEGETAL* amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
FIDEUS AMB VERDURES I COSTELLA
Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat)
TRUITA DE PERNIL* amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS (tomàquet, pebrot vermell i olives)
OUS FARCITS DE OLIVES I MAIONESA
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR amb crostons de pa
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb amanida de tomàquet, i olives
Fruita del temps

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i pastanaga)
ROTLET PRIMAVERA* amb tomàquet i ceba al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ amb crostons de pa
HAMBURGUESA MIXTA amb amanida de tomàquet, olives i pipes de gira-sol
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE GUISAT AMB FARIGOLA amb enciam, blat de moro i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA CAMPEROLA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa)
TRUITA FRANCESA amb amanida d'enciam, tomàquet i formatge
Fruita del temps

GASPATXO DE SÍNDRIA
POLLASTRE PLANXA AMB PATATA
Fruita del temps



**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI PEIX, MARISC NI CRUSTACI



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat

SENSE FRUITS SECS

AMISTAT

Setembre

DEL 6 AL 8 DE SETEMBRE

DE L'11 AL 15 DE SETEMBRE

DEL 18 AL 22 DE SETEMBRE

DE 25 AL 29 DE SETEMBRE

DILLUNS

FESTIU

ESPIRALS AMB SOFREGIT DE VERDURES (tomàquet, ceba, pebrot verd i carbassó)
TRUITA DE PATATA amb amanida d'enciam, cogombre i pastanaga
logurt

AMANIDA D'ARRÒS (pèsols, pastanaga i olives)
OUS A LA CATALANA (ou cuit amb sofregit de tomàquet, ceba i gratinats amb formatge)
logurt

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

AMANIDA VARIADA (tomàquet, enciams i olives)
ESPAGUETIS A LA CARBONARA**
logurt

SOPA AMB FAJOLI I VERDURES
BOTIFARRA* amb patates fregides*
Fruita del temps

MONGETA BLANCA CUITA AMB OLI D'ALFÀBREGA
POLLASTRE ROSTIT Amb tomàquet amanit
Fruita del temps



DIMECRES

ARRÒS AMB SALSAS CASOLANA DE TOMÀQUET I PASTANAGA
POLLASTRE AL FORN amb xips de patata*
GELAT*

ARRÒS TRICOLOR (amb mongeta verda, pastanaga i blat de moro)
PEIX AL FORN amb patates, ceba i tomàquet al forn
Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES I LLENTIES (amb saltat de pastanaga, ceba i carbassó)
PEIX PLANXA amb amanida
Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
FIDEUÀ (brou de peix, natural, sofregit de ceba i tomàquet i sípia (allíoli *opcional))
Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIJOUS

AMANIDA DE PASTA (tomàquet, olives i blat de moro, amb vinagreta suau d'alvocat)
TRUITA DE PERNIL* amb amanida
Fruita del temps

AMANIDA DE CIGRONS (tomàquet, pebrot vermell i olives)
OUS FARCITS DE TONYINA I MAIONESA
Fruita del temps

CREMA DE COLIFLOR amb crostons de pa
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb amanida de tomàquet, i olives
Fruita del temps

CIGRONS AMB HORTALISSES (col, ceba, porro i pastanaga)
TRUITA FRANCESA amb tomàquet i ceba al forn
Fruita del temps

DIVENDRES

CREMA DE CARBASSÓ amb crostons de pa*
HAMBURGUESA MIXTA amb amanida de tomàquet, olives
Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA
POLLASTRE GUISAT AMB FARIGOLA amb enciam, blat de moro i cogombre
Fruita del temps

AMANIDA CAMPEROLA (pèsols, pastanaga cuita i olives, amb vinagreta suau de mostassa*)
PEIX AL FORN amb amanida d'enciam, tomàquet i formatge
Fruita del temps

GASPATXO* de SÍNDRIA
SUQUET DE PEIX AMB PATATA
Fruita del temps



**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI FRUITS SECS



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat