

VEGÀ (SI OU)

Gener

DEL 8 AL 12 DE
GENERESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES
(S/FORMATGE)CROQUETES VEGETALS
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DEL 15 AL 19 DE
GENERSOPA DE BROU DE
VERDURES AMB
PASTALLENTIES ESTOFADES
amb enciam i olives

Fruita del temps

DEL 22 AL 26 DE
GENERMONGETA VERDA
AMB PATATESTRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

DEL 29 AL 31 DE
GENERTALLARINES AMB
OLIVES, TOMÀQUETS
CIREROL I ALFÀBREGAQUICHE DE
XAMPINYONS I OU
CASOLANA (amb beguda
vegetal) amb amanida

Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Nou any i
noves
receptes!Cuina i
productes
de
proximitatTRINXAT DE COL I
PATATA
(S/CANSALADA)LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUETOUS REMENATS i
xampinyons saltejats

Fruita del temps

CREMA D'ESPINACS
I S/FORMATGEMACARRONS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES
(S/FORMATGE)

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATESTOFU A LA LLIMONA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURESCIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES amb
tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

TOFU AL CURRY
(amb beguda vegetal)
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURESTRUITA A LA FRANCESA
amb tempura de verdures

Fruita del temps

AMANIDA VARIADA
(S/FORMATGE,
S/TONYINA)PAELLA AMB VERDURES
I TOFU

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE TOFU

Fruita del temps

LLENTIES AMB
ARRÒSCROQUETES
VEGETALS
Amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

TRUITA A LA FRANCESA
amb tomàquet amanit

logurt VEGETAL

CREMA DE PASTANAGA

TRUITA A LA
FRANCESA
amb enciam i tomàquet

logurt VEGETAL

SOPA DE VERDURES
AMB PASTATRUITA A LA
FRANCESA
amb patates fregides

logurt VEGETAL

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres iogurts d'origen de derivats vegetals. Es serveix per cuinar i amanir sal iodada. L'amanida variada pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: CARN, PEIX NI DERIVATS



SENSE PEIX NI ANACARDS

Gener



DILLUNS

DEL 8 AL 12 DE
GENERESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES**TRUITA A LA FRANCESA**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DEL 15 AL 19 DE
GENERSOPA DE BROU D'AU
AMB PASTAGALL DINDI ESTOFAT
amb enciam i olives

Fruita del temps

DEL 22 AL 26 DE
GENERMONGETA VERDA
AMB PATATESTRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

DEL 29 AL 31 DE
GENERTALLARINES AMB
OLIVES, TOMÀQUETS
CIREROL I ALFÀBREGAQUICHE DE
XAMPINYONS I BACON
CASOLANA amb amanida

Fruita del temps

DIMARTS

TRINXAT DE COL I
PATATAPERNILETS DE
POLLASTRE GUISATS
AL ROMANÍ amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUETOUS REMENATS AMB
*PERNIL i xampinyons
saltejats

Fruita del temps

CREMA D'ESPINACS
I FORMATGEMACARRONS A LA
*BOLONYESA

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATESPOLLASTRE A LA
LLIMONA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DIMECRES

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

POLLASTRE AL
CURRY amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURESTRUITA DE *PERNIL
amb *tempura de verdures

Fruita del temps

DIJOUS

AMANIDA VARIADA
(S/TONYINA)PAELLA AMB VERDURES
I POLLASTRE

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE VEDELLA

Fruita del temps

LLENTIES AMB
ARRÒS**GALL DINDI
ARREBOSSAT
CASOLÀ** amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

DIVENDRES

PÈSOLS AMB PATATA

SALSITXES DE PORC AL
FORN
amb tomàquet amanit

iogurt natural

CREMA DE PASTANAGA

PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet

iogurt natural

SOPA DE VERDURES
AMB PASTA**TRUITA A LA
FRANCESA**
amb patates fregides

iogurt natural

Nou any i
noves
receptes!Cuina i
productes
de
proximitat

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de creus de PROXIMITAT: **Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.**

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres **iogurt natural**. Es serveix per cuinar i amanir **sal iodada**.

L'**amanida variada** pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **PEIX, ANACARDS**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE CARN NI PEIX

Gener



DILLUNS

DEL 8 AL 12 DE
GENERESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES**CROQUETES VEGETALS**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DEL 15 AL 19 DE
GENERSOPA DE **BROU DE**
VERDURES AMB
PASTA**LLENTIES ESTOFADES**
amb enciam i olives

Fruita del temps

DEL 22 AL 26 DE
GENERMONGETA VERDA
AMB PATATESTRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

DEL 29 AL 31 DE
GENERTALLARINES AMB
OLIVES, TOMÀQUETS
CIREROL I ALFÀBREGAQUICHE DE
XAMPINYONS I **OU**
CASOLANA amb amanida

Fruita del temps

DIMARTS

TRINXAT DE COL I
PATATA**LLENTIES ESTOFADES**
AMB VERDURES amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET**OUS REMENATS** i
xampinyons saltejats

Fruita del temps

CREMA D'ESPINACS
I FORMATGEMACARRONS A LA
BOLONYESA DE
LLENTIES

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATES**TOFU A LA LLIMONA**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DIMECRES

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURESCIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES amb
tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

TOFU AL CURRY
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES**TRUITA A LA FRANCESA**
amb tempura de verdures

Fruita del temps

DIJOUS

AMANIDA VARIADA
(**S/TONYINA**)PAELLA AMB VERDURES
I **TOFU**

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATAFRICANDÓ DE **TOFU**

Fruita del temps

LLENTIES AMB
ARRÒS**CROQUETES**
VEGETALS
Amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

DIVENDRES

PÈSOLS AMB PATATA

TRUITA A LA FRANCESA
amb tomàquet amanit

iogurt natural

CREMA DE PASTANAGA

TRUITA A LA
FRANCESA
amb enciam i tomàquet

iogurt natural

SOPA DE VERDURES
AMB PASTA**TRUITA A LA**
FRANCESA
amb patates fregides

iogurt natural

Nou any i
noves
receptes!Cuina i
productes
de
proximitat

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres **iogurt naturals**. Es serveix per cuinar i amanir **sal iodada**.

L'amanida variada pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **CARN, PEIX NI DERIVATS**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

**SENSE GLUTEN
NI LLENTIES**

Gener



**DEL 8 AL 12 DE
GENER**

ESPIRALS S/GLUTEN
AMB SOFREGIT DE
VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

**DEL 15 AL 19 DE
GENER**

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA
S/GLUTEN

GALL DINDI ESTOFAT
amb enciam i olives

Fruita del temps

**DEL 22 AL 26 DE
GENER**

MONGETA VERDA
AMB PATATES

TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

**DEL 29 AL 31 DE
GENER**

TALLARINES S/GLUTEN
AMB OLIVES,
TOMÀQUETS CIREROL I
ALFÀBREGA

QUICHE S/GLUTEN DE
XAMPINYONS I *BACON
CASOLANA amb amanida

Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**TRINXAT DE COL I
PATATA (*CANSALADA)**

**PERNILETS DE
POLLASTRE GUIATS**
AL ROMANÍ amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

**ARRÒS AMB
TOMÀQUET**

OUS REMENATS AMB
*PERNIL i xampinyons
saltejats

Fruita del temps

**CREMA D'ESPINACS
I FORMATGE**

MACARRONS
S/GLUTEN A LA
*BOLONYESA

Fruita del temps

**MONGETA VERDA AMB
PATATES**

**POLLASTRE A LA
LLIMONA**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

**Nou any i
noves
receptes!**

**Cuina i
productes
de
proximitat**

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)

TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

FILETS DE PEIX
ARREBOSSATS
CASOLANS **S/GLUTEN**
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

POLLASTRE AL
CURRY amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA DE *PERNIL
amb tempura de verdures
S/GLUTEN

Fruita del temps

AMANIDA VARIADA

**PAELLA AMB VERDURES
I PEIX**

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE VEDELLA
S/GLUTEN

Fruita del temps

CIGRONS AMB
ARRÒS

GALL DINDI
ARREBOSSAT
CASOLÀ **S/GLUTEN**
Amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

***SALSITXES DE PORC AL**
FORN
amb tomàquet amanit

iogurt natural

CREMA DE PASTANAGA

PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet

iogurt natural

SOPA DE VERDURES
AMB PASTA **S/GLUTEN**

PEIX AL FORN
amb patates fregides

iogurt natural

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres **iogurt natural**. Es serveix per cuinar i amanir **sal iodada**.

L'amanida variada pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: **LLUÇ**

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **GLUTEN, LLENTIES**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

**Cuina i lleure
de proximitat**



SENSE PROTEÏNA
LLET DE VACA,
BLAT, NI FRUITS
SECS

Gener



DEL 8 AL 12 DE
GENER

ESPIRALS **S/GLUTEN**
AMB SOFREGIT DE
VERDURES
(S/FORMATGE)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DEL 15 AL 19 DE
GENER

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA
S/GLUTEN

GALL DINDI ESTOFAT
amb enciam i olives

Fruita del temps

DEL 22 AL 26 DE
GENER

MONGETA VERDA
AMB PATATES

TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

DEL 29 AL 31 DE
GENER

TALLARINES **S/GLUTEN**
AMB OLIVES,
TOMÀQUETS CIREROL I
ALFÀBREGA

QUICHE S/GLUTEN DE
XAMPINYONS I *BACON
CASOLANA (amb beguda
vegetal) amb amanida

Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Nou any i
noves
receptes!

Cuina i
productes
de
proximitat



TRINXAT DE COL I
PATATA (***CANSALADA**)

PERNILETS DE
POLLASTRE GUIATS
AL ROMANÍ amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

OUS REMENATS AMB
*PERNIL i xampinyons
saltejats

Fruita del temps

CREMA D'ESPINACS
I S/FORMATGE

MACARRONS
S/GLUTEN A LA
*BOLONYESA
(S/FORMATGE)

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATES

POLLASTRE A LA
LLIMONA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)

TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

FILETS DE PEIX
ARREBOSSATS
CASOLANS **S/GLUTEN**
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

POLLASTRE AL
CURRY (amb beguda
vegetal) amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA DE *PERNIL
amb temperatura de verdures
S/GLUTEN

Fruita del temps

AMANIDA VARIADA
(S/FORMATGE)

PAELLA AMB VERDURES
I PEIX

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE VEDELLA
S/GLUTEN

Fruita del temps

CIGRONS AMB
ARRÒS

GALL DINDI
ARREBOSSAT
CASOLÀ **S/GLUTEN**
Amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

*LLOM AL FORN
amb tomàquet amanit

logurt **VEGETAL**

CREMA DE PASTANAGA

PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet

logurt **VEGETAL**

SOPA DE VERDURES
AMB PASTA **S/GLUTEN**

PEIX AL FORN
amb patates fregides

logurt **VEGETAL**

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres iogurts d'origen de derivats vegetals (NO AMETLLES). Es serveix per cuinar i amanir sal iodada.

L'amanida variada pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: LLUÇ

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **BLAT, PROTEÏNA DE LLET DE VACA, FRUITS SECS**

@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

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

ener



DILLUNS

DEL 8 AL 12 DE
GENER

ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES
(S/FORMATGE)

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DEL 15 AL 19 DE
GENER

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA

GALL DINDI ESTOFAT
amb enciam i olives

Fruita del temps

DEL 22 AL 26 DE
GENER

MONGETA VERDA
AMB PATATES

TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

DEL 29 AL 31 DE
GENER

TALLARINES AMB
OLIVES, TOMÀQUETS
CIREROL I ALFÀBREGA

QUICHE DE
XAMPINYONS I *BACON
CASOLANA (amb beguda
vegetal) amb amanida

Fruita del temps

DIMARTS

TRINXAT DE COL I
PATATA (*CANSALADA)

PERNILETS DE
POLLASTRE GUIATS
AL ROMANÍ amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

OUS REMENATS AMB
*PERNIL i xampinyons
saltejats

Fruita del temps

CREMA D'ESPINACS
I S/FORMATGE

MACARRONS A LA
*BOLONYESA DE
PORC
(S/FORMATGE)

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATES

POLLASTRE A LA
LLIMONA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DIMECRES

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)

TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

POLLASTRE AL
CURRY (amb beguda
vegetal) amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE *PERNIL
amb *tempura de verdures

Fruita del temps

DIJOUS

AMANIDA VARIADA
(S/FORMATGE,
S/TONYINA)

PAELLA AMB VERDURES
I POLLASTRE

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE PORC

Fruita del temps

LLENTIES AMB
ARRÒS

GALL DINDI
ARREBOSSAT
CASOLÀ amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

DIVENDRES

PÈSOLS AMB PATATA

*LLOM AL FORN
amb tomàquet amanit

logurt VEGETAL

CREMA DE PASTANAGA

PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet

logurt VEGETAL

SOPA DE VERDURES
AMB PASTA

TRUITA A LA
FRANCESA
amb patates fregides

logurt VEGETAL

Nou any i
noves
receptes!

Cuina i
productes
de
proximitat



La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres iogurts d'origen de derivats vegetals (NO AMETLLES). Es serveix per cuinar i amanir sal iodada.

L'amanida variada pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: VEDELLA, PROTEÏNA LLET DE VACA, PEIX, MARISC, NI FRUITS SECS



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat



SENSE MARISC

Gener

DEL 8 AL 12 DE
GENERESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES**TRUITA A LA FRANCESA**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DEL 15 AL 19 DE
GENERSOPA DE BROU D'AU
AMB PASTAGALL DINDI ESTOFAT
amb enciam i olives

Fruita del temps

DEL 22 AL 26 DE
GENERMONGETA VERDA
AMB PATATESTRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

DEL 29 AL 31 DE
GENERTALLARINES AMB
OLIVES, TOMÀQUETS
CIREROL I ALFÀBREGAQUICHE DE
XAMPINYONS I BACON
CASOLANA amb amanida

Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

TRINXAT DE COL I
PATATAPERNILETS DE
POLLASTRE GUIATS
AL ROMANÍ amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUETOUS REMENATS AMB
*PERNIL i xampinyons
saltejats

Fruita del temps

CREMA D'ESPINACS
I FORMATGEMACARRONS A LA
BOLONYESA

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATESPOLLASTRE A LA
LLIMONA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Nou any i
noves
receptes!Cuina i
productes
de
proximitatMONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURESFILETS DE PEIX
ARREBOSSATS
CASOLANS amb
tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

POLLASTRE AL
CURRY amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURESTRUITA DE *PERNIL
amb *tempura de verdures

Fruita del temps

AMANIDA VARIADA
(S/TONYINA)PAELLA AMB VERDURES
I POLLASTRE

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE VEDELLA

Fruita del temps

LLENTIES AMB
ARRÒS**GALL DINDI
ARREBOSSAT
CASOLÀ** amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

SALSITXES DE PORC AL
FORN
amb tomàquet amanit

iogurt natural

CREMA DE PASTANAGA

PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet

iogurt natural

SOPA DE VERDURES
AMB PASTAPEIX AL FORN
amb patates fregides

iogurt natural

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: **Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.**Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres **iogurt natural**. Es serveix per cuinar i amanir **sal iodada**.L'**amanida variada** pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: **LLUÇ**Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **MARISC**

@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE FRUITS SECS
(SITRACES) NI
PRÉSSEC

Gener



DEL 8 AL 12 DE
GENER

ESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

DEL 15 AL 19 DE
GENER

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA

GALL DINDI ESTOFAT
amb enciam i olives

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

DEL 22 AL 26 DE
GENER

MONGETA VERDA
AMB PATATES

TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

DEL 29 AL 31 DE
GENER

TALLARINES AMB
OLIVES, TOMÀQUETS
CIREROL I ALFÀBREGA

QUICHE DE
XAMPINYONS I BACON
CASOLANA amb amanida

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

TRINXAT DE COL I
PATATA

PERNILETS DE
POLLASTRE GUIATS
AL ROMANÍ amb
tomàquet i olives

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)

TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

OUS REMENATS AMB
*PERNIL i xampinyons
saltejats

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

FILETS DE PEIX
ARREBOSSATS
CASOLANS amb
tomàquet amanit

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

CREMA D'ESPINACS
I FORMATGE

MACARRONS A LA
BOLONYESA

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

ARRÒS SALTEJAT

POLLASTRE AL
CURRY amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps (NO
PRÉSSEC)

MONGETA VERDA AMB
PATATES

POLLASTRE A LA
LLIMONA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE *PERNIL
amb *tempura de verdures

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

Nou any i
noves
receptes!

Cuina i
productes
de
proximitat



AMANIDA VARIADA
(S/TONYINA)

PAELLA AMB VERDURES
I POLLASTRE

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE VEDELLA

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

LLENTIES AMB
ARRÒS

**GALL DINDI
ARREBOSSAT
CASOLÀ** amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps
(NO PRÉSSEC)

PÈSOLS AMB PATATA

SALSITXES DE PORC AL
FORN
amb tomàquet amanit

logurt natural

CREMA DE PASTANAGA

PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet

logurt natural

SOPA DE VERDURES
AMB PASTA

PEIX AL FORN
amb patates fregides

logurt natural

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: **Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.**

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres **iogurt natural**. Es serveix per cuinar i amanir **sal iodada**.

L'amanida variada pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: **LLUÇ**

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **PRESSEC, FRUITS SECS**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE PEIX, MARISC NI CRUSTACIS

Gener



DILLUNS

DEL 8 AL 12 DE
GENERESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES**TRUITA A LA FRANCESA**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DEL 15 AL 19 DE
GENERSOPA DE BROU D'AU
AMB PASTAGALL D'INDI ESTOFAT
amb enciam i olives

Fruita del temps

DEL 22 AL 26 DE
GENERMONGETA VERDA
AMB PATATESTRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

DEL 29 AL 31 DE
GENERTALLARINES AMB
OLIVES, TOMÀQUETS
CIREROL I ALFÀBREGAQUICHE DE
XAMPINYONS I BACON
CASOLANA amb amanida

Fruita del temps

DIMARTS

TRINXAT DE COL I
PATATAPERNILETS DE
POLLASTRE GUISATS
AL ROMANÍ amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUETOUS REMENATS AMB
*PERNIL i xampinyons
saltejats

Fruita del temps

CREMA D'ESPINACS
I FORMATGEMACARRONS A LA
*BOLONYESA

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATESPOLLASTRE A LA
LLIMONA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DIMECRES

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

POLLASTRE AL
CURRY amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURESTRUITA DE *PERNIL
amb *tempura de verdures

Fruita del temps

DIJOUS

AMANIDA VARIADA
(S/TONYINA)PAELLA AMB VERDURES
I POLLASTRE

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE VEDELLA

Fruita del temps

LLENTIES AMB
ARRÒS**GALL D'INDI
ARREBOSSAT
CASOLÀ** amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

DIVENDRES

PÈSOLS AMB PATATA

*SALSITXES DE PORC AL
FORN
amb tomàquet amanit

iogurt natural

CREMA DE PASTANAGA

PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet

iogurt natural

SOPA DE VERDURES
AMB PASTA**TRUITA A LA
FRANCESA**
amb patates fregides

iogurt natural

Nou any i
noves
receptes!Cuina i
productes
de
proximitat

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: **Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.**

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres **iogurt natural**. Es serveix per cuinar i amanir **sal iodada**.

L'**amanida variada** pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **PEIX, MARISC, CRUSTACIS**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE FRUITS
SECS

Gener

DEL 8 AL 12 DE
GENERESPIRALS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES**TRUITA A LA FRANCESA**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DEL 15 AL 19 DE
GENERSOPA DE BROU D'AU
AMB PASTAGALL DINDI ESTOFAT
amb enciam i olives

Fruita del temps

DEL 22 AL 26 DE
GENERMONGETA VERDA
AMB PATATESTRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

DEL 29 AL 31 DE
GENERTALLARINES AMB
OLIVES, TOMÀQUETS
CIREROL I ALFÀBREGAQUICHE DE
XAMPINYONS I BACON
CASOLANA amb amanida

Fruita del temps

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

TRINXAT DE COL I
PATATAPERNILETS DE
POLLASTRE GUISATS
AL ROMANÍ amb
tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUETOUS REMENATS AMB
*PERNIL i xampinyons
saltejats

Fruita del temps

CREMA D'ESPINACS
I FORMATGEMACARRONS A LA
BOLONYESA

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATESPOLLASTRE A LA
LLIMONA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA (ceba,
tomàquet, pastanaga,
carbassó i carbassa)TRUITA DE PATATES
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURESFILETS DE PEIX
ARREBOSSATS
CASOLANS amb
tomàquet amanit

Fruita del temps

ARRÒS SALTEJAT

POLLASTRE AL
CURRY amb enciam i
blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURESTRUITA DE *PERNIL
amb *tempura de verdures

Fruita del temps

AMANIDA VARIADA
(S/TONYINA)PAELLA AMB VERDURES
I POLLASTRE

Fruita del temps

BRÒQUIL
AMB PATATA

FRICANDÓ DE VEDELLA

Fruita del temps

LLENTIES AMB
ARRÒSGALL DINDI
ARREBOSSAT
CASOLÀ amb enciam,
tomàquet i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

SALSITXES DE PORC AL
FORN
amb tomàquet amanit

iogurt natural

CREMA DE PASTANAGA

PERNILETS DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i tomàquet

iogurt natural

SOPA DE VERDURES
AMB PASTAPEIX AL FORN
amb patates fregides

iogurt natural

Nou any i
noves
receptes!Cuina i
productes
de
proximitat

La verdura i la fruita és de TEMPORADA i de conreus de PROXIMITAT: Mandarina, Taronja, poma, pera, plàtan, kiwi.

Un cop al mes, els aliments ecològics que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també. Es serveix els divendres **iogurt natural**. Es serveix per cuinar i amanir **sal iodada**.

L'amanida variada pot contenir vegetal de temporada i proximitat com: enciam, pastanaga, tomàquet, cogombre, olives, blat de moro.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: **LLUÇ**Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **FRUITS SECS**

@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat