



El menú s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge extra per trempar.

Fruites del mes de setembre: figa, mango, poma, melicotó, meló, nectarina, pera, plàtan, síndria, raïm.

Hortalisses de cultiu anual a Espanya: all, albergínia, carabassí, ceba, lletugues, cogombre, pebre, porro, rave, tomàtiga i pastanaga.

Altres hortalisses del mes de setembre: bleda, carabassa, col repollo, coliflor, endivia, mongeta tendra, remolatxa.

El iogurt que s'ha d'oferir és natural sense sucre. Si el centre declina l'oferta d'aquest iogurt, s'oferirà els 5 dies fruita com a darrerria.

			10	11
			Ensalada variada (iceberg, roure, tomàtiga, pastanaga) amb Croquetes (1,3,6,7,9,10,11)	Macarrons integrals a la Milanesa (1,3,6,7,10)
			Cuinat de Llenties amb Verdres (1)	Lluç al forn amb Picada (all, julivert, llimona) (4)
				Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, romana, tomàtiga)
			Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)
			Suggestiment de sopar: Crema de verdures i ous romputs amb patata / Fruita	Suggestiment de sopar: Quesadillas variades / Fruita
14	15	16	17	18
Arròs a la Napolitana	Crema de Carabassí	Espaguetis integrals a la Carbonara (1,3,6,7,10)	Trempó de Ciurons	Ensalada variada amb Rotllets de Pernil i Formatge (6,7,12)
Truita de Patata i Carabassí (3)	Polastre a la Jardineria	Limanda al forn amb Salsa de Tomàtiga (4)	Pitera de Pollastre al forn amb Salsa de Xampinyons	Macarrons integrals a la Bolonyesa Vegetal (1,3,6,10)
Ensalada amb Tonyina (iceberg, roure, pastanaga, tomàtiga) (4)	Verdures (all, ceba, tomàtiga, pastanaga, pèsols) i Patata	Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, romana, tomàtiga)	Patates a cantons	
Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de Temporda	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada
Suggestiment de sopar: Verdures saltades i llenguado enfarinat / Fruita	Suggestiment de sopar: Tabulé de cuscús amb ciurons / Fruita	Suggestiment de sopar: Ensalada de patata amb ou bullit / Fruita	Suggestiment de sopar: Ensalada d'arròs i salmó a la planxa / Fruita	Suggestiment de sopar: Pa amb oli / Fruita
21	22	23	24	25
Crema de Verdures	Arròs sec paella de Verdures	Crema de Pastanaga	Ensalada variada (iceberg, roure, tomàtiga) amb Truita (3)	Fideuà de Lluç i Verdres (1,2,3,4,6,10,12,14)
Truita de Patata i Ceba (3)	Salmó amb Anet (4)	Hamburguesa de Cam mixta a la planxa (6,12)	Estofat de Ciurons amb Verdres	Pitera de Pollastre a la planxa
Ensalada amb Formatge fresc (iceberg, romana, tomàtiga) (7)	Ensalada amb Olives (iceberg, mesclum, pastanaga, tomàtiga)	Patates rostides		Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, romana, tomàtiga)
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)
Suggestiment de sopar: Pollastre amb verdures i cuscús / Fruita	Suggestiment de sopar: Espirals de llegums amb saltat de verdures / Fruita	Suggestiment de sopar: Calamars i ensalada d'arròs / Fruita	Suggestiment de sopar: Ensalada variada i llom amb patates / Fruita	Suggestiment de sopar: Pizza casolana / Fruita
28	29	30		
Cuinat de Llenties amb Verdres	Espaguetis integrals amb All i Oli (1,3,6,10)	Arròs amb Salsa Pomodoro		
Pilotes de Soja texturitzada (6)	Lluç al forn amb Bresa de Verdres (4)	Truita a la Francesa (3)		
Verdures (ceba, pastanaga, tomàtiga) i Arròs	Patates al forn	Ensalada amb Olives (iceberg, mesclum, pastanaga, tomàtiga)		
Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de Temporada		
Suggestiment de sopar: Quínoa amb verdures i truita a la francesa / Fruita	Suggestiment de sopar: Ensalada de cuscús y hamburguesa casolana / Fruita	Suggestiment de sopar: Espirals de llegums amb saltat de verdures / Fruita		

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soja 7: Llet 8: Fruita seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sàsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs