

# Octubre

DE L'1 AL 2  
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9 D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16  
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23  
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30  
D'OCTUBRE

DILLUNS

**LLACETS MARCIANA**  
(amb espinacs i formatge)

**MANDONGUILLES A LA  
JARDINERA**

logurt

Sopar: Verdura i carn blanca

**AMANIDA D'ARRÒS**  
(pèsols, pastanaga, blat  
de moro i pernil dolç)  
**POLLASTRE A LA  
LLIMONA**  
amb patates fregides

logurt

Sopar: Verdura i carn blanca

**AMANIDA DE PASTA**  
**CALAMARS A LA ROMANA**  
amb enciam i pastanaga

logurt

Sopar: Verdura i llegum

**ARRÒS MILANESA**  
(ceba, tomàquet i pèsols)

**POLLASTRE AL FORN**  
amb enciam i pastanaga

logurt

Sopar: Verdura i llegum

DIMARTS

**ARRÒS AMB TOMÀQUET**

**TRUITA DE PATATA I  
CARBASSÓ**  
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Sopar: Verdura i peix blau

**MACARRONS AMB  
TOMÀQUET** (formatge  
ratllat opcional)

**LLUÇ A LA ROMANA**  
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Sopar: Verdura i peix blau

**CIGRONS ESTOFATS AMB  
VERDURES I PERNIL**

**TRUITA DE PATATA**  
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

Sopar: Verdura i peix blau

**TALLARINES AMB  
SOFREGIT DE  
VERDURES** (tomàquet,  
carbassó, pebrot verd i  
ceba)(formatge ratllat  
opcional)  
**LLUÇ ARREBOSSAT  
CASOLÀ**  
amb enciam i tomàquet  
Fruita del temps

Sopar: Verdura i carn blanca

DIMECRES

**CREMA DE COLIFLOR I PORRO**

**POLLASTRE GUISAT AL  
ROMANÍ**  
amb enciam i olives

Fruita del temps

Sopar: Verdura i peix blanc

**AMANIDA RUSSA**  
(patata, pèsols,  
pastanaga, olives, ou dur,  
maionesa i tonyina)  
**HAMBURGUESA  
VEGETAL**  
amb xampinyons

Fruita del temps

Sopar: Verdura i peix blanc

**MONGETA TENDRA AMB  
PATATA**

**POLLASTRE ESTOFAT**  
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

Sopar: Verdura i ou

**COLIFLOR AMB PATATA  
A L'ALLET**

**GALL D'INDI AL FORN**  
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

Sopar: Verdura i peix blanc

DIJOUS

**CREMA DE VERDURES**

**POLLASTRE AL FORN**  
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

Sopar: Verdura i ou

**MONGETA BLANCA  
ESTOFADA AMB VERDURES**  
(tomàquet, porro, pastanaga)  
**FILET DE MAIRA  
ARREBOSSADA**  
amb enciam i pastanaga  
Fruita del temps

Sopar: Verdura i llegum

**LLENTIES ESTOFADES  
AMB MILL** (mill, all, ceba,  
tomàquet, pastanaga,  
pebrot verd i vermell)  
**TRUITA DE CARBASSÓ**  
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

Sopar: Verdura i ou

**CREMA DE PASTANAGA**

**PAELLA**  
(amb magre de porc i  
salsitxa)

Fruita del temps

Sopar: Verdura i llegum

**LLENTIES ESTOFADES  
AMB VERDURES**

**TRUITA FRANCESA**  
amb carbassó a la planxa

Fruita del temps

Sopar: Verdura i peix blau

DIVENDRES

**ARRÒS AMB VERDURES**

**GALL D'INDI ESTOFAT**  
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

Sopar: Verdura i llegum

**CARBASSÓ GRATINAT**

**LLUÇ AL FORN**  
amb tomàquet forn

Fruita del temps

Sopar: Verdura i ou

**CREMA DE VERDURES**

**VEDELLA ESTOFADA  
AMB PATATA I  
PASTANAGA**

Fruita del temps

Sopar: Verdura i llegum

**AMANIDA DE PATATA**  
(patata, pebrot verd, ou dur,  
tonyina, ceba i tomàquet)

**BACALLÀ A L'ALLET**  
amb amb xampinyons

Fruita del temps

Sopar: Verdura i llegum

**La Castanyada**  
**CREMA DE CARBASSA**

**BOTIFARRA AMB  
SEQUES**

**MONIATOS AL FORN**

Sopar: Verdura i ou

Fem servir fruites i verdures de temporada i proximitat.  
Les carns que oferim són de granges de proximitat.  
Els nostres iogurts són elaborats per una cooperativa social.



**Teno**  
Cuina i lleure  
de proximitat