



INSTITUT
XXV OLIMPIADA

Desembre

DEL 1 AL 4 DE
DESEMBRE

DEL 7 AL 11 DE DESEMBRE

DEL 14 AL 18 DE
DESEMBRE

DEL 21 AL 25 DE
DESEMBRE

DEL 28 AL 31 DE
DESEMBRE

DILLUNS

FESTIU LLIURE ELECCIÓ

ESPAGUETIS AMB
TOMÀQUET I
XAMPINYONS
HAMBURGUESA MIXTA
amb enciam i pastanaga

logurt

DINAR DE NADAL
ESCUDELLA AMB GALETS
POLLASTRE AMB PRUNES
I POMA
POSTRES NADALENCES

Sopar: Verdura i carn blanca

Sopar: Verdura i ou

DIMARTS

CREMA DE VERDURES
MANDONGUILLES A LA
JARDINERA

Fruita del temps

FESTIU

TRINXAT DE COL I
PATATA

TRUITA DE FORMATGE
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

VACANCES DE
NADAL

Sopar: Verdura i llegum

Sopar: Verdura i peix blau

DIMECRES

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA

POLLASTRE AL FORN
amb pastanaga i enciam

Fruita del temps

ARRÓS AMB TOMÀQUET

TRUITA DE CARBASSÓ
amb enciam i blat de moro

logurt

CREMA DE CARBASSA

CIGRONS ESTOFATS AMB
VERDURETES I OU DUR
(patata, all, ceba, tomàquet,
pebrot vermell)

Fruita del temps

VACANCES DE
NADAL

Sopar: Verdura i ou

Sopar: Verdura i llegum

Sopar: Verdura i peix blanc

DIJOUS

ARRÓS AMB VERDURES

LLUÇ A LA MARINERA
amb tomàquet al forn

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES
ESCALOPA DE POLLASTRE
CASOLANA
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

ARRÓS TRES COLORS

LLUÇ ARREBOSSAT
CASOLÀ
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

VACANCES DE
NADAL

Sopar: Verdura i carn blanca

Sopar: Verdura i peix blanc

Sopar: Verdura i llegum

DIVENDRES

MONGETA BLANCA
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA DE PERNIL
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

LLENTIES AMB VERDURES
ARRÓS (ceba,
tomàquet, pastanaga, pebrot
vermell i verd)
HAMBURGUESA VEGETAL
amb enciam i olives

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATA

GALL D'INDI ESTOFAT
amb enciam i tomàquet

Fruita del temps

VACANCES DE
NADAL

Sopar: Verdura i peix blanc

Sopar: Verdura i peix blau

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.

[f](#) @tenomenjadors

[t](#) @Teno_menjadors

[i](#) @tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat