

SENSE PORC

XXV OLIMPIADA

Novembre

DE L'1 AL 4 DE NOVEMBRE

DEL 7 AL 11 DE NOVEMBRE

DEL 14 AL 18 DE NOVEMBRE

DEL 21 AL 25 DE NOVEMBRE

DEL 28 AL 30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB VERDURES

TRUITA FRANCESA
amb carbassó arrebossat

logurt

ESPAGUETIS AMB
TOMÀQUET I
FORMATGE

BUNYOLS DE BACALLA
amb amanida

logurt

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE PATATA
Amb amanida

logurt

ARRÒS DE MUNTANYA
(amb verdures
xampinyons i pollastre)
HANBURGUESA
VEGETAL
amb amanida

logurt

DIMARTS

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA

**MANDONGUILLES DE
VEDELLA**
amb tomàquet i pastanaga

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADES AMB
VERDURES

POLLASTRE A LA
LLIMONA
amb amanida
Fruita del temps

**SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!**
SOPA AMB PISTONS
BROU D'AU

CUIXES DE POLLASTRE
AL FORN
amb xips
POSTRES ESPECIALS *

MACARRONS AL PESTO

LLUÇ AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

DIMECRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE
FORMATGE
Amb amanida

Fruita del temps

POTATGE DE CIGRONS I
VERDURES
POLLASTRE ESTOFAT
AMB SALS DE POMA

Fruita del temps

COLIFLOR A L'ALLET
AMB PATATA

TRUITA DE CARBASSÓ
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA

GALL D'INDI AMB
SALS DE XIRIVIA I
PASTANAGA
Fruita del temps

DIJOUS

SOPA DE PASTA
BROU D'AU
POLLASTRE
ARREBOSSAT
CASOLÀ
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
LLENGUADINA AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB PÈSOLS I
PASTANAGA

GALL D'INDI GUISAT AL
ROMANÍ

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATA

VEDELLA A LA
JARDINERA

Fruita del temps

DIVENDRES

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ AL FORN
amb amanida i
remolatxa

Fruita del temps

TASTET S/PORC
LLENTIES GUISADES
AMB VERDURES I ARRÒS

(ceba,
tomàquet,, pebrot vermell
i verd)

GALL D'INDI AMB
PASTANAGA
Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA

BACALLÀ AMB SALS
DE TOMÀQUET
CASOLANA
amb amanida

Fruita del temps

CIGRONS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES

GALL D'INDI ESTOFAT
amb amanida i pastanaga
Fruita del temps



ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI PORC

[f @tenomenjadors](#)

[t @Teno_menjadors](#)

[i @tenomenjadors](#)



Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE CARN

XXV OLIMPIADA

Novembre

DE L'1 AL 4 DE
NOVEMBRE

DEL 7 AL 11 DE
NOVEMBRE

DEL 14 AL 18 DE
NOVEMBRE

DEL 21 AL 25 DE
NOVEMBRE

DEL 28 AL 30 DE
NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB VERDURES

TRUITA FRANCESA
amb carbassó arrebossat

logurt

ESPAGUETIS AMB
TOMÀQUET I
FORMATGE

TRUITA FRANCESA
amb amanida

logurt

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE PATATA
Amb amanida

logurt

ARRÒS DE MUNTANYA
(amb verdures
xampinyons I SEITÀ)
HANBURGUESA
VEGETAL
amb amanida

logurt

DIMARTS

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

PEIX PLANXA
amb tomàquet i pastanaga

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADES AMB
VERDURES

CROQUETES
VEGETALS
amb amanida

Fruita del temps

SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS
BROU DE VERDURES

PEIX AL FORN
amb xips

POSTRES ESPECIALS

MACARRONS AL PESTO

LLUÇ AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

DIMECRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE
FORMATGE
Amb amanida

Fruita del temps

POTATGE DE CIGRONS I
VERDURES

FORMATGE FRESC
AMB AMANDIA

Fruita del temps

COLIFLOR A L'ALLET
AMB PATATA

TRUITA DE CARBASSÓ
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA

TRUITA DE FORMATGE
AMB AMANIDA
Fruita del temps

DIJOUS

SOPA DE PASTA
BROU DE VERDURES
PEIX ARREBOSSAT
CASOLÀ
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA
LLENGUADINA AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB PÈSOLS I
PASTANAGA

SEITÀ GUISAT AMB
VERDURES

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATA

TRUITA DE VERDURES
AMB AMANIDA

Fruita del temps

DIVENDRES

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ AL FORN
amb amanida i
remolatxa

Fruita del temps

TASTET S/CARN
CREMA DE VERDURES

LLENTIES GUISADES
AMB VERDURES I ARRÒS
(ceba,
tomàquet,, pebrot vermell
i verd)

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA

BACALLÀ AMB SALSA
DE TOMÀQUET
CASOLANA
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES

CIGRONS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES


Fruita del temps




ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI CARN



 @tenomenjadors

 @Teno_menjadors

 @tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat



XXV OLIMPIADA

novembre

OVOLACTOVEGETARIÀ

DE L'1 AL 4 DE
NOVEMBRE

DEL 7 AL 11 DE
NOVEMBRE

DEL 14 AL 18 DE
NOVEMBRE

DEL 21 AL 25 DE
NOVEMBRE

DEL 28 AL 30 DE
NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB VERDURES

TRUITA FRANCESA
amb carbassó arrebossat

logurt

ESPAGUETIS AMB
TOMÀQUET I
FORMATGE

TRUITA FRANCESA
amb amanida

logurt

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE PATATA
Amb amanida

logurt

ARRÒS DE MUNTANYA
(amb verdures
xampinyons I SEITÀ)
HANBURGUESA
VEGETAL
amb amanida

logurt

DIMARTS

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

LLENTIES AMB
VERDURES
Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADES AMB
VERDURES

CROQUETES
VEGETALS
amb amanida
Fruita del temps

SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS
BROU DE VERDURES

CIGRONS AMB
VERDURES
POSTRES ESPECIALS

CREMA DE VERDURES

MACARRONS AL PESTO

Fruita del temps

DIMECRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE
FORMATGE
Amb amanida
Fruita del temps

POTATGE DE CIGRONS I
VERDURES

FORMATGE FRESC
AMB AMANDIA

Fruita del temps

COLIFLOR A L'ALLET
AMB PATATA

TRUITA DE CARBASSÓ
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

SEITÀ AMB VERDURES
amb amanida

Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA

TRUITA DE FORMATGE
AMB AMANIDA
Fruita del temps

DIJOUS

SOPA DE PASTA
BROU DE VERDURES

TOFU AMB VERDURES
AMB AMANIDA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

TRUITA FRANCESA
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB PÈSOLS I
PASTANAGA

SEITÀ GUISAT AMB
VERDURES

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATA

TRUITA DE VERDURES
AMB AMANIDA

Fruita del temps

DIVENDRES

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA DE
VERDURES
amb amanida i
remolatxa

Fruita del temps

TASTET S/CARN
CREMA DE VERDURES

LLENTIES GUISADES
AMB VERDURES I ARRÒS
(ceba,
tomàquet,, pebrot vermell
i verd)

Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA

MONGETA BLANCA
AMB SALSA DE
TOMÀQUET
CASOLANA
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES

CIGRONS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES

Fruita del temps



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.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE OU

XXV OLIMPIADA

Novembre

DE L'1 AL 4 DE
NOVEMBRE

DEL 7 AL 11 DE
NOVEMBRE

DEL 14 AL 18 DE
NOVEMBRE

DEL 21 AL 25 DE
NOVEMBRE

DEL 28 AL 30 DE
NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB VERDURES

PEIX PLANXA
amb carbassó arrebossat

logurt

ESPAGUETIS **S/OU** AMB
TOMÀQUET I
FORMATGE

PEIX PLANXA
amb amanida

logurt

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PEIX PLANXA
Amb amanida

logurt

ARRÒS DE MUNTANYA
(amb verdures
xampinyons i pollastre)
LLOM PLANXA
amb amanida

logurt

DIMARTS

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA **S/OU**

MANDONGUILLES*
amb tomàquet i pastanaga

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADES AMB
VERDURES

POLLASTRE A LA
LLIMONA
amb amanida
Fruita del temps

SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS
S/OU
CUIXES DE POLLASTRE
AL FORN
amb xips*

POSTRES **S/OU**

**MACARRONS S/OU AMB
OLI, ORENGA I
FORMATGE***

LLUÇ AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

DIMECRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

PEIX PLANXA
Amb amanida

Fruita del temps

POTATGE DE CIGRONS I
VERDURES
POLLASTRE ESTOFAT
AMB SALSA DE POMA

Fruita del temps

COLIFLOR A L'ALLET
AMB PATATA

LLOM PLANXA
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA

GALL D'INDI AMB
SALSA DE XIRIVIA I
PASTANAGA
Fruita del temps

DIJOUS

SOPA DE PASTA **S/OU**

POLLASTRE
ARREBOSSAT
S/OU CASOLÀ
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

LLINGUADINA AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB PÈSOLS I
PASTANAGA

GALL D'INDI GUISAT AL
ROMANÍ

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATA

VEDELLA A LA
JARDINERA

Fruita del temps

DIVENDRES

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ AL FORN
amb amanida i
remolatxa

Fruita del temps

TASTETS S/OU
LLENTIES GUISADES
AMB VERDURES I ARRÒS
(ceba,
tomàquet,, pebrot vermell
i verd)

GALL D'INDI AMB
PASTANAGA
Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA

BACALLÀ AMB SALSA
DE TOMÀQUET
CASOLANA
amb amanida

Fruita del temps

CIGRONS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES

GALL D'INDI ESTOFAT
amb amanida i pastanaga
Fruita del temps



ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI OU



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE LACTOSA

XXV OLIMPIADA

Novembre

DE L'1 AL 4 DE NOVEMBRE

DEL 7 AL 11 DE NOVEMBRE

DEL 14 AL 18 DE NOVEMBRE

DEL 21 AL 25 DE NOVEMBRE

DEL 28 AL 30 DE NOVEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB VERDURES

TRUITA FRANCESA
amb carbassó arrebossat

logurt **S/LACTOSA**

ESPAGUETIS AMB
TOMÀQUET I
FORMATGE S/LACTOSA

PEIX PLANXA
amb amanida

logurt **S/LACTOSA**

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE PATATA
Amb amanida

logurt **S/LACTOSA**

ARRÒS DE MUNTANYA
(amb verdures
xampinyons i pollastre)
LLOM PLANXA
amb amanida

logurt **S/LACTOSA**

DIMARTS

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA

MANDONGUILLES*
amb tomàquet i pastanaga

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADES AMB
VERDURES

POLLASTRE A LA
LLIMONA
amb amanida

Fruita del temps

SANTA CECILIA
DIA DE LA MÚSICA!!
SOPA AMB PISTONS

CUIXES DE POLLASTRE
AL FORN
amb xips

POSTRES **S/LACTOSA**

MACARRONS OLI
**ORENGA I FORMATGE
S/LACTOSA**

LLUÇ AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

DIMECRES

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA DE
**FORMATGE
S/LACTOSA**

Amb amanida
Fruita del temps

POTATGE DE CIGRONS I
VERDURES
POLLASTRE ESTOFAT
AMB SALSÀ DE POMA

Fruita del temps

COLIFLOR A L'ALLET
AMB PATATA

TRUITA DE CARBASSÓ
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ A L'ALLET
amb amanida

Fruita del temps

BROCOLI AMB PATATA

GALL D'INDI AMB
SALSÀ *DE XIRIVIA I
PASTANAGA
Fruita del temps

DIJOUS

SOPA DE PASTA

POLLASTRE
ARREBOSSAT
CASOLÀ
amb amanida

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSÀ*

LLENGUADINA AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

ARRÒS AMB PÈSOLS I
PASTANAGA

GALL D'INDI GUISAT AL
ROMANÍ

Fruita del temps

MONGETA VERDA AMB
PATATA

VEDELLA A LA
JARDINERA

Fruita del temps

DIVENDRES

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

LLUÇ AL FORN
amb amanida i
remolatxa

Fruita del temps

TASTET S/LACTOSA
LLENTIES GUISADES
AMB VERDURES I ARRÒS

(ceba,
tomàquet,, pebrot vermell
i verd)

GALL D'INDI AMB
PASTANAGA
Fruita del temps

CREMA DE
PASTANAGA*

BACALLÀ AMB SALSÀ
DE TOMÀQUET
CASOLANA
amb amanida

Fruita del temps

CIGRONS AMB
SOFREGIT DE
VERDURES

GALL D'INDI ESTOFAT
amb amanida i pastanaga
Fruita del temps



**ES COMPROVARÀ QUE CAP DELS INGREDIENTS CONTINGUI LACTOSA

@tenomenjadors

@Teno_menjadors

@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat