

GENER 2026	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<u>Setmana del 8 i 9</u> MENÚ Diari Primer · Segon · Postre				SOPAR Crema de coliflor i poK8N17ma Broquetes de peix amb verdures	SOPAR Sopa de verdures amb fideus Salmó al forn amb herbes suaus
<u>Setmana del 12 al 16</u> MENÚ Diari Primer · Segon · Postre	SOPAR Crema de carbassó Ous remenats amb pernil dolç iogurt natural	SOPAR Quinoa amb verdures Verat al forn amb patata i ceba iogurt natural	SOPAR Carbassa al forn Sèpia a la planxa amb patates iogurt natural	SOPAR Rotllets d'arròs i verdures Rap arrebossat amb farina de cigró iogurt natural	SOPAR Albergínies gratinades amb tomàquet i formatge Truita de carxofes iogurt natural
<u>Setmana del 19 al 23</u> MENÚ Diari Primer · Segon · Postre	SOPAR Crema de xampinyons, patata i ceba Hamburguesa de peix amb espàrrecs verds iogurt natural	SOPAR Tapioca Wok de tonyina fresca amb carbassó i pastanga iogurt natural	SOPAR Coliflor rostida al forn amb espècies Satejat de gambes pelades i ou iogurt natural	SOPAR Arròs integral amb col llombarda i poma saltejada Hummus amb bastonets de pastanaga iogurt natural	SOPAR Saltat de col, poma i panses Tàrtar de tonyina, mango i alvocat iogurt natural
<u>Setmana del 26 al 30</u> MENÚ Diari Primer · Segon · Postre	SOPAR Wook de fideus d'arròs amb shitakes i verdures Orada al forn amb moniatos iogurt natural	SOPAR Cuscús amb verdures Seitons al forn amb crosta cruixent iogurt natural	SOPAR Crema de pastanaga, gíngebre i poma Bruixes al vapor iogurt natural	SOPAR Saltejat d'espàrrecs i pernil salat Ou ferrat amb arròs iogurt natural	SOPAR Ramen amb fideus Soba, pack choy, verdures i ou al final Llenguado a la planxa iogurt natural