

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	- Mongetes seques amb all i julivert - Truita de carbassó amb pa s/gluten amb tomàquet i amanida -Fruita	- Patata i verdura de temporada - Falafel casolà amb amanida i s/ de tahine -Iogurt	- Macarrons s/gluten amb s/ de verdures escalivades - Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita	- Arròs 3 delícies amb tamari eco - Mandonguilles s/gluten de vedella i porc amb amanida -Fruita
30	1	2	3	4
- Crema de verdures de temporada amb crotons s/gluten - Truita de patata amb pa s/gluten amb tomàquet i amanida -Fruita	- Patata i verdura de temporada - Pernilet de pollastre rostit amb herbes i amanida -Fruita	- Llenties estofades amb verdures - Arròs amb samfaina -Fruita	- Espirals s/gluten amb s/ de coliflor - Peix fresc s/mercat amb amanida -Iogurt	- Mill amb dauets de verdures - Boletes casolanes d'arròs i bacallà amb amanida -Fruita
7	8	9	10	11
- Crema de verdures de temporada - Arròs a la cubana amb ou dur -Fruita	- Cigrons amb romesco d'avellanes - Boletes casolanes d'arròs i bacallà amb amanida -Iogurt	- Macarrons s/gluten amb s/ de verdures - Estofat de pollastre amb amanida -Fruita	- Arròs integral amb verdures i nyores - Llenties especiades -Fruita	- Amanida amb enciam, pipes, crudités, germinats i olives - Hamburguesa de vedella i porc amb patates braves i ketchup casolà -Fruita
14	15	16	17	18
- Patata i verdura amb oli d'herbes - Pollastre rostit amb amanida -Fruita	- Hummus de llegums amb crudités - Truita paisana amb amanida i pa s/gluten amb tomàquet -Fruita	- Espirals s/gluten amb pesto d'alfàbrega - Bunyols casolans de llenties vermelles amb s/de verdures i amanida -Iogurt	- Arròs integral amb oli d'espínacs - Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita	- Crema de carbassa i pastanaga - Llenties estofades amb patates -Fruita
21	22	23	24	25
- Spaguettis s/gluten amb tomàquet i formatge ratllat - Peix al forn amb amanida -Fruita	- Crema de porros amb crotons s/gluten - Truita de patata i ceba amb amanida -Fruita	MENÚ DE LA CASTANYADA Trinxat de patata i col amb topping de castanyes Ales de pollastre eco amb s/barbaça i xips de moniato Postres sorpresa		
28	29	30	31	1

Els nostres productes ecològics estan certificats i garantits pels segells d'Intereco i Ecolocal
 El 100% de les nostres verdures i fruites són de producció ecològica de proximitat i de temporada (excepte el pèsol).
 Totes les farines, els cereals i la pasta són ecològiques i de proximitat (excepte el mill).
 Els arrossos i els llegums dependran de les collites de cada any.
 Els iogurts, la llet, els ous durs i els de la truita són frescos, sencers, de producció ecològica i de productors catalans.
 La carn de vedella és de certificació IGP "Vedella dels Pirineus Catalans". El pollastre és de sacrifici halal.
 El peix fresc prové de les costes del Mediterrani i del Cantàbric i es pesca seguint mètodes tradicionals.
 Els fruits secs són ecològics i del camp de Tarragona i el pa s'elabora de manera tradicional a "Cal Forner".
 Amanim amb oli d'oliva arbequina verge ecològic de La Granadella (Lleida).
 Podeu trobar més informació a www.laxupxup.cat i al nostre instagram [laxupxup_cuinalescola](https://www.instagram.com/laxupxup_cuinalescola)

-  Menú de cullera
-  Menú tradicional
-  Peix fresc de costa
-  Menú de festa

