

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
	- Mongetes seques amb all i julivert - Fainà de carbassó amb pa amb tomàquet i amanida -Fruita	- Patata i verdura de temporada - Falafel casolà amb amanida, s/ de tahine i pa de pitta -Fruita	- Macarrons integrals amb s/ de verdures escalivades -Vegenuggets de tofu i shitate amb amanida -Fruita	- Arròs 3 delícies amb tamari eco - Mandonguilles casolanes de llegums amb amanida -Fruita
30	1	2	3	4
- Crema de verdures de temporada amb crotons - Fainà de patata amb pa amb tomàquet i amanida -Fruita	- Patata i verdura de temporada - Hamburguesa casolana de llegums amb amanida -Fruita	- Llenties estofades amb verdures - Arròs amb samfaina -Fruita	- Espirals integrals amb s/de coliflor -Vegenuggets de tofu i shitate amb amanida -Fruita	- Mill amb dauets de verdures - Cigrans amb verdures i amanida -Fruita
7	8	9	10	11
- Crema de verdures de temporada - Arròs a la cubana amb saltat de llegum -Fruita	- Cigrans amb romesco d'avellanes - Bunyols casolans de llegums amb amanida -Fruita	- Macarrons amb s/ de verdures - Estofat de llegums amb amanida -Fruita	- Arròs integral amb verdures i nyores - Llenties especiades -Fruita	- Amanida amb enciam, pipes, crudités, germinats i olives - Hamburguesa de llegums amb patates braves -Fruita
14	15	16	17	18
- Patata i verdura amb oli d'herbes - Hamburguesa casolana de llegums amb amanida -Fruita	- Hummus de llegums amb crudités i pa de pitta - Fainà amb amanida i pa amb tomàquet -Fruita	- Espirals integrals amb oli d'alfabrega - Bunyols casolans de llenties vermelles amb s/de verdures i amanida -Fruita	- Arròs integral amb oli d'espínacs -Vegenuggets de tofu i shitate amb amanida -Fruita	- Crema de carbassa i pastanaga - Llenties estofades amb patates -Fruita
21	22	23	24	25
- Spaguettis amb tomàquet -Vegenuggets de tofu i shitate amb amanida -Fruita	- Crema de porros amb crotons - Fainà de patata i ceba amb amanida -Fruita	MENÚ DE LA CASTANYADA Trinxat de patata i col amb top de castanyes Tofu amb s/barbacoa 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 arròssos 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

