

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1	2	3	4	5
-Crema de verdures de temporada amb crostons de pa -Tofu saltejat amb patates i verdures al forn i amanida -Postres sorpresa 8	-Arròs integral amb salsa de tomàquet -Hamburguesa de llegums amb amanida -Fruita 9	-Cigrons amb sofregit de verdures -Mill saltejat amb verdures i amanida -Fruita 10		-Fideuà de verdures -Falafel casolà amb amanida -Fruita 12
-Crema de verdures amb crostons de pa torrat -Hamburguesa casolana de llegums amb patates braves -Fruita 15	-Hummus amb bastonets de pastanaga i pa torrat -Pizza casolana de verdures sense formatge amb amanida -Fruita 16	-Patata amb verdura de temporada rostida -Estofat de llenties i verdures amb amanida -Fruita 17	-Arròs amb salsa de verdures i tomàquet escalivats -Mongetes saltejades amb verdures i amanida -Fruita 18	-Macarrons a la napolitana sense formatge ratllat -Tofu arrebossat amb amanida -Fruita 19
-Amanida vegetal de llenties -Arròs integral 3 delícies - porros, pastanagues i xampinyons- -Fruita 22	-Patates, bledes i pastanagues al vapor -Tofu rostit a l'allet al forn -Fruita 23		-Crema de porros amb crostons de pa -Pastís de mill, verdures i llegums amb amanida -Fruita 25	-Fusillis integrals amb salsa de tomàquet -Hamburguesa de llegums amb amanida -Fruita 26
-Hummus amb crudités -Arròs amb salsa de tomàquet -Fruita 29	-Mongetes seques amb all i julivert -Boletes de mill i verdures amb amanida -Fruita 30	1	2	3

Aquest menú ha estat elaborat per La XupXup

Els nostres productes ecològics i de proximitat 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). La mongeta blanca i la llentia vermella són ecològiques. La resta de llegums i els arrossos 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 peix fresc prové de les costes del Mediterrani i del Cantàbric i es pesca seguint mètodes sostenibles (segell MSC).

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 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

