

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>-<b>Arròs integral</b> amb s/ de pastanaga i tomàquet</p> <p>-<b>Lluç</b> al forn amb all i julivert i amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>1</b></p>	<p>-<b>Crema</b> de carbassa i <b>lenties vermelles</b></p> <p>-<b>Pizza</b> casolana de verdures i tonyina amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>2</b></p>	<p>-<b>Trinxat</b> de patata i verdura de temporada amb oli d'all</p> <p>-<b>Hamburguesa</b> de vedella i porc amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>3</b></p>	<p>-<b>Cigrons</b> amb sofregit de verdures</p> <p>-Boletes casolanes <b>d'arròs i bacallà</b> amb amanida</p> <p>-Gelatina</p> <p style="text-align: right;"><b>4</b></p>	<p>-<b>Fideuà</b> de canana i peix de roca</p> <p>-<b>Truita</b> paisana (amb pebrots i carbassó) i amanida</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>5</b></p>
<p>-<b>Crema</b> de carbassó</p> <p>-Pastís de <b>mill</b> amb <b>carn i verdures</b> amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>8</b></p>	<p>-<b>Patata i verdura</b> de temporada rostida amb oli d'herbes</p> <p>-<b>Falafel</b> casolà amb pa de pitta i amanida</p> <p>-Gelatina</p> <p style="text-align: right;"><b>9</b></p>	<p>-<b>Mongetes del ganxet</b> eco estofades amb verdures</p> <p>-<b>Truita</b> de patata i porros amb amanida i pa amb tomàquet</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>10</b></p>	<p>-<b>Espirals integrals</b> amb s/ de verdures escalivades</p> <p>-<b>Peix fresc</b> s/mercat amb amanida </p> <p>-Fruita <b>11</b></p>	<p>-<b>Arròs 3 delícies</b> (amb porros, pastanaga i pèsols)</p> <p>-Pernilet de <b>pollastre</b> al forn amb amanida</p> <p>-Fruita <b>12</b></p>
<p>-<b>Crema</b> de carbassó</p> <p>-<b>Truita</b> de <b>patata i ceba</b> amb amanida i pa amb tomàquet</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>15</b></p>	<p>-<b>Patata</b> i verdura al vapor</p> <p>-<b>Estofat de gall dindi</b> amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>16</b></p>	<p>-Amanida de <b>lenties</b> amb verat</p> <p>-<b>Arròs</b> amb samfaina</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>17</b></p>	<p>-<b>Macarrons</b> amb oli d'espínacs</p> <p>-<b>Peix fresc</b> s/mercat amb amanida </p> <p>-Fruita <b>18</b></p>	<p><b>MENÚ DE FINAL DE CURS TRIAT PER LA CANALLA</b></p> <p> <b>19</b></p>
<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>29</b>	<b>30</b>	1	2	3

Aquest menú ha estat elaborat per La XupXup i revisat per Gemma Oña (dietista col·legiada núm. CAT/00719)

**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 lentia 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.

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](http://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

