

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			Patates al graten FESTIU Amanida verda Fruita del temps	Corbatins integrals amb pebrot vermell i orenga FESTIU Albergínia al forn logurt natural
Patates a lo pobre vegetal Magre de porc amb pinya, ceba i pastanaga Enciam i blat de moro Fruita del temps	Sopa minestrone (juliana de verdures i pasta fina) Lluç a la basca (espàrrecs i ou dur) Fruita del temps	Wok de verdures camperes Pollastre al forn amb xampinyons Patata parisina Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) Truita d'espínacs Enciam i pebrot logurt natural	Crema de verdures del temps Cigrons amb tomàquet i ceba Fruita del temps
Arròs integral amb carxofes i bolets Magre de vedella amb musselina de pera Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga Ous durs amb Salsa Aurora Fruita del temps	Crema de pastanaga, api i nap Mongeta pinta estofada amb tomàquet, ceba i pebrot Fruita del temps	Puré de patata i api Gall dindi amb xampinyons, carxofa i ceba Carbassó arrebossat Fruita del temps	Fideus saltats amb verdures soia Tonyina a la planxa Enciam i raves logurt natural
Espaguetis integrals a la Siciliana (tomàquet i olives negres) Daus de pollastre amb salsa d'ametlles i arròs saltejat Enciam i pastanaga Fruita del temps	Bròquil i patata al vapor Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita del temps	Risotto d'arròs blanc, pèsols i ceba Bunyols de bacallà Amanida de brots Fruita del temps	Crema de coliflor i bolets Favas saltades amb verdures Fruita del temps	Crema de cols de brúsel·les amb pastanaga al vapor Truita de pebrot Enciam amanit logurt natural
Puré de patata i daus de carbassa gratinat Llom de porc adobat Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Macarrons napolitana amb formatge ratllat Salmó al forn amb anet Enciam i pastanaga Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'all confitat Pollastre al forn amb pesto amb xampinyons Fruita del temps	Arròs amb ceba caramelitzada Truita de xoriç Enciam i cogombre logurt natural	Crema de pastanaga i api Pèsols i patata amb oli d'oliva Fruita del temps

Fundació Futur és una organització social creada el 1996 amb la missió de generar un impacte positiu en la societat. Cuinem amb productes de proximitat, ecològics i de comerç just. Oferim un servei de restauració sostenible mitjançant el projecte MES (Menjadors Escolars Sostenibles) que es basa en quatre eixos:

- Alimentari
- Ambiental
- Justícia social
- Educatiu i formatiu

Els nostres menús segueixen el patró de la dieta mediterrània i de l'estratègia NAOS.

* La pasta, llegum i arròs són **ecològiques**.
La fruita i verdures de **proximitat/ecològiques**.

* Un cop a la setmana el pa serà integral.

* Aquest mes fruita: plàtan, pera, poma, préssec, taronja, mandarina.

* La carn de **proximitat**: pollastre, gall dindi, vedella i porc.

* Làctics La Fageda. Sucre integral de Panella **BIO**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
			1 Patates al graten FESTIU Amanida verda Fruita (no paraguayo)	2 Corbatins integrals amb pebrot vermell i orenga FESTIU Albergínia al forn logurt natural
5 Patates a lo pobre vegetal Magre de porc amb pinya, ceba i pastanaga Enciam i blat de moro Fruita (no paraguayo)	6 Sopa minestrone (juliana de verdures i pasta fina) Lluç a la basca (espàrrecs i ou dur) Fruita (no paraguayo)	7 Wok de verdures camperstres Pollastre al forn amb xampinyons Patata parisina Fruita (no paraguayo)	8 Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) Truita d'espínacs Enciam i pebrot logurt natural	9 Crema de verdures del temps Cigrons amb tomàquet i ceba Fruita (no paraguayo)
12 Arròs integral amb carxofes i bolets Magre de vedella amb musselina de pera Fruita (no paraguayo)	13 Mongeta, patata i pastanaga Ous durs amb Salsa Aurora Fruita (no paraguayo)	14 Crema de pastanaga, api i nap Mongeta pinta estofada amb tomàquet, ceba i pebrot Fruita (no paraguayo)	15 Puré de patata i api Gall dindi amb xampinyons, carxofa i ceba Carbassó al forn Fruita (no paraguayo)	16 Fideus saltats amb verdures soia Tonyina a la planxa Enciam i raves logurt natural
19 Espaguetis integrals a la Siciliana (tomàquet i olives negres) Daus de pollastre amb salsa d'ametlles i arròs saltejat Enciam i pastanaga Fruita (no paraguayo)	20 Bròquil i patata al vapor Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita (no paraguayo)	21 Risotto d'arròs blanc, pèsols i ceba Abadejo al forn Amanida de brots Fruita (no paraguayo)	22 Crema de coliflor i bolets Faves saltades amb verdures Fruita (no paraguayo)	23 Crema de cols de brúsel·les amb pastanaga al vapor Truita de pebrot Enciam amanit logurt natural
26 Puré de patata i daus de carbassa gratinat Llom de porc adobat Enciam i espàrrecs Fruita (no paraguayo)	27 Macarrons napolitana amb formatge ratllat Salmó al forn amb anet Enciam i pastanaga Fruita (no paraguayo)	28 Bledes i patata amb oli d'all confitat Pollastre al forn amb pesto amb xampinyons Fruita (no paraguayo)	28 Arròs amb ceba caramelitzada Truita de xoriç Enciam i cogombre logurt natural	30 Crema de pastanaga i api Pèsols i patata amb oli d'oliva Fruita del temps

Fundació Futur és una organització social creada el 1996 amb la missió de generar un impacte positiu en la societat. Cuinem amb productes de proximitat, ecològics i de comerç just. Oferim un servei de restauració sostenible mitjançant el projecte MES (Menjadors Escolars Sostenibles) que es basa en quatre eixos:

- Alimentari
- Ambiental
- Justícia social
- Educatiu i formatiu

Els nostres menús segueixen el patró de la dieta mediterrània i de l'estratègia NAOS.

* La pasta, llegum i arròs són **ecològiques**.
La fruita i verdures de **proximitat/ecològiques**.

* Un cop a la setmana el pa serà integral.

* Aquest mes fruita: plàtan, pera, poma, préssec, taronja, mandarina.

* La carn de **proximitat**: pollastre, gall dindi, vedella i porc.

* Làctics La Fageda. Sucre integral de Panela **BIO**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			Patates al graten 1 FESTIU Amanida verda Fruita (no kiwi)	Corbatins integrals amb pebrot vermell i orenga 2 FESTIU Albergínia al forn logurt natural
Patates a lo pobre vegetal 5 Magre de porc amb pinya, ceba i pastanaga Enciam i blat de moro Fruita (no kiwi)	Sopa minestrone (juliana de verdures i pasta fina) 6 Lluç a la basca (espàrrecs i ou dur) Fruita (no kiwi)	Wok de verdures campestres 7 Pollastre al forn amb xampinyons Patata parisina Fruita (no kiwi)	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) 8 Truita d'espínacs Enciam i pebrot logurt natural	Crema de verdures del temps 9 Cigrons amb tomàquet i ceba Fruita (no kiwi)
Arròs integral amb carxofes i bolets 12 Magre de vedella amb musselina de pera Fruita (no kiwi)	Mongeta, patata i pastanaga 13 Ous durs amb Salsa Aurora Fruita (no kiwi)	Crema de pastanaga, api i nap 14 Mongeta pinta estofada amb tomàquet, ceba i pebrot Fruita (no kiwi)	Puré de patata i api 15 Gall dindi amb xampinyons, carxofa i ceba Carbassó al forn Fruita (no kiwi)	Fideus saltats amb verdures soia 16 Tonyina a la planxa Enciam i raves logurt natural
Espaguetis integrals a la Siciliana (tomàquet i olives negres) 19 Daus de pollastre amb salsa d'ametlles i arròs saltejat Enciam i pastanaga Fruita (no kiwi)	Bròquil i patata al vapor 20 Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita (no kiwi)	Risotto d'arròs blanc, pèsols i ceba 21 Abadejo al forn Amanida de brots Fruita (no kiwi)	Crema de coliflor i bolets 22 Favas saltades amb verdures Fruita (no kiwi)	Crema de cols de brúsel·les amb pastanaga al vapor 23 Truita de pebrot Enciam amanit logurt natural
Puré de patata i daus de carbassa gratinat 26 Llom de porc adobat Enciam i espàrrecs Fruita (no kiwi)	Macarrons napolitana amb formatge ratllat 27 Salmó al forn amb anet Enciam i pastanaga Fruita (no kiwi)	Bledes i patata amb oli d'all confitat 28 Pollastre al forn amb pesto amb xampinyons Fruita (no kiwi)	Arròs amb ceba caramelitzada 28 Truita de xoriç Enciam i cogombre logurt natural	Crema de pastanaga i api 30 Pèsols i patata amb oli d'oliva Fruita del temps

Fundació Futur és una organització social creada el 1996 amb la missió de generar un impacte positiu en la societat. Cuinem amb productes de proximitat, ecològics i de comerç just. Oferim un servei de restauració sostenible mitjançant el projecte MES (Menjadors Escolars Sostenibles) que es basa en quatre eixos:

- Alimentari
- Ambiental
- Justícia social
- Educatiu i formatiu

Els nostres menús segueixen el patró de la dieta mediterrània i de l'estratègia NAOS.

* La pasta, llegum i arròs són **ecològiques**.
La fruita i verdures de **proximitat/ecològiques**.

* Un cop a la setmana el pa serà integral.

* Aquest mes fruita: plàtan, pera, poma, préssec, taronja, mandarina.

* La carn de **proximitat**: pollastre, gall dindi, vedella i porc.

* Làctics La Fageda. Sucre integral de Panella **BIO**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			Patates al graten 1 FESTIU Amanida verda Fruita del temps	Corbatins integrals amb pebrot vermell i orange 2 FESTIU Albergínia al forn logurt natural
Patates a lo pobre vegetal 5 Magre de porc amb pinya, ceba i pastanaga Enciam i blat de moro Fruita del temps	Sopa minestrone (juliana de verdures i pasta fina) 6 Lluç a la basca (espàrrecs i ou dur) Fruita del temps	Wok de verdures campestres 7 Pollastre al forn amb xampinyons Patata parisina Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) 8 Truita d'espínacs Enciam i pebrot logurt natural	Crema de verdures del temps 9 Cigrons amb tomàquet i ceba Fruita del temps
Arròs integral amb carxofes i bolets 12 Magre de vedella amb musselina de pera Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga 13 Ous durs amb Salsa Aurora (s/f.secs) Fruita del temps	Crema de pastanaga, api i nap 14 Mongeta pinta estofada amb tomàquet, ceba i pebrot Fruita del temps	Puré de patata i api 15 Gall dindi amb xampinyons, carxofa i ceba Carbassó al forn Fruita del temps	Fideus saltats amb verdures i soia 16 Tonyina a la planxa Enciam i raves logurt natural
Espaguetis integrals a la Siciliana (tomàquet i olives negres) 19 Daus de pollastre amb arròs Enciam i pastanaga Fruita del temps	Bròquil i patata al vapor 20 Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita del temps	Risotto d'arròs blanc, pèsols i ceba 21 Abadejo al forn Amanida de brots Fruita del temps	Crema de coliflor i bolets 22 Favas saltades amb verdures Fruita del temps	Crema de cols de brúsel·les amb pastanaga al vapor 23 Truita de pebrot Enciam amanit logurt natural
Puré de patata i daus de carbassa gratinat 26 Llom de porc adobat Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Macarrons napolitana amb formatge ratllat 27 Salmó al forn amb anet Enciam i pastanaga Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'all confitat 28 Pollastre al forn amb pesto amb xampinyons Fruita del temps	Arròs amb ceba caramelitzada 28 Truita de xoriç Enciam i cogombre logurt natural	Crema de pastanaga i api 30 Pèsols i patata amb oli d'oliva Fruita del temps

Fundació Futur és una organització social creada el 1996 amb la missió de generar un impacte positiu en la societat. Cuinem amb productes de proximitat, ecològics i de comerç just. Oferim un servei de restauració sostenible mitjançant el projecte MES (Menjadors Escolars Sostenibles) que es basa en quatre eixos:

- Alimentari
- Ambiental
- Justícia social
- Educatiu i formatiu

Els nostres menús segueixen el patró de la dieta mediterrània i de l'estratègia NAOS.

* La pasta, llegum i arròs són **ecològiques**.
La fruita i verdures de **proximitat/ecològiques**.

* Un cop a la setmana el pa serà integral.

* Aquest mes fruita: plàtan, pera, poma, préssec, taronja, mandarina.

* La carn de **proximitat**: pollastre, gall dindi, vedella i porc.

* Làctics La Fageda. Sucre integral de Panella **BIO**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			Puré de patata i ceba (s/productes làctics) FESTIU Amanida verda Fruita del temps	Corbats* amb pebrot i formatge vermell i orenga FESTIU Llescades de carnes i verdures Albergínia al forn Postres de soia
Patates a lo pobre vegetal Magre de porc amb pinya, ceba i pastanaga Enciam i blat de moro Fruita del temps	Sopa minestrone (juliana de verdures i pasta* fina) Lluç al forn amb espàrrecs amanits Fruita del temps	Wok de verdures camperes Pollastre al forn amb xampinyons Patata parisina Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) Seità amb ceba, xampinyons i tomàquets cherry Enciam i pebrot Postres de soia	Crema de verdures del temps Cigrons amb tomàquet i ceba Fruita del temps
Arròs integral amb carxofes i bolets Magre de vedella amb musselina de pera Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga Tempe amb salsa de tomàquet Fruita del temps	Crema de pastanaga, api i nap Mongeta pintada estofada amb tomàquet, ceba i pebrot Fruita del temps	Puré de patata i api Gall dindi amb xampinyons, carxofa i ceba Carbassó al forn Fruita del temps	Fideus* saltats amb verdures i soia Tonyina a la planxa Enciam i raves Postres de soia
Espaguetis* a la Siciliana (tomàquet i olives negres) Daus de pollastre amb arròs Enciam i pastanaga Fruita del temps	Bròquil i patata al vapor Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita del temps	Risotto d'arròs blanc, pèsols i ceba (S/prod.làctics) Abadejo al forn Amanida de brots Fruita del temps	Crema de coliflor i bolets Favas saltades amb verdures Fruita del temps	Crema de cols de brusel·les amb pastanaga al vapor Tofu amb pebrot Enciam amanit Postres de soia
Puré de patata i daus de carbassa (s/gratinar) Llom de porc adobat Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Macarrons* a la napolitana (s/formatge ratllat) Salmó al forn amb anet Enciam i pastanaga Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'all confitat Pollastre al forn amb xampinyons Fruita del temps	Arròs amb ceba caramelitzada Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i pebrot Postres de soia	Crema de pastanaga i api Pèsols i patata amb oli d'oliva #N/A Fruita del temps

Fundació Futur és una organització social creada el 1996 amb la missió de generar un impacte positiu en la societat. Cuinem amb productes de proximitat, ecològics i de comerç just. Oferim un servei de restauració sostenible mitjançant el projecte MES (Menjadors Escolars Sostenibles) que es basa en quatre eixos:

- Alimentari
- Ambiental
- Justícia social
- Educatiu i formatiu

Els nostres menús segueixen el patró de la dieta mediterrània i de l'estratègia NAOS.

* La pasta, llegum i arròs són **ecològiques**.
La fruita i verdures de **proximitat/ecològiques**.

* Un cop a la setmana el pa serà integral.

* Aquest mes fruita: plàtan, pera, poma, préssec, taronja, mandarina.

* La carn de **proximitat**: pollastre, gall dindi, vedella i porc.

* Làctics La Fageda. Sucre integral de Panella **BIO**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			1 Patates al graten FESTIU Pernils catalana Amanida verda Fruita del temps	2 Corbatins integrals amb pebrot vermell i orenga FESTIU Tofu fins Albergínia al forn logurt natural
5 Patates a lo pobre vegetal Magre de porc amb pinya, ceba i pastanaga Enciam i blat de moro Fruita del temps	6 Sopa minestrone (juliana de verdures i pasta fina) Tofu amb espàrrecs Fruita del temps	7 Wok de verdures camperstres Pollastre al forn amb xampinyons Patata parisina Fruita del temps	8 Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) Truitada d'espínacs Enciam i pebrot logurt natural	9 Crema de verdures del temps Cigrons amb tomàquet i ceba Fruita del temps
12 Arròs integral amb carxofes i bolets Magre de vedella amb musselina de pera Fruita del temps	13 Mongeta, patata i pastanaga Ous durs amb Salsa Aurora Fruita del temps	14 Crema de pastanaga, api i nap Mongeta pinta estofada amb tomàquet, ceba i pebrot Fruita del temps	15 Puré de patata i api Gall dindi amb xampinyons, carxofa i ceba Carbassó al forn Fruita del temps	16 Fideus saltats amb verdures i soia Seità a la planxa Enciam i raves logurt natural
19 Espaguetis integrals a la Siciliana (tomàquet i olives negres) Daus de pollastre amb salsa d'ametlles i arròs saltejat Enciam i pastanaga Fruita del temps	20 Bròquil i patata al vapor Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita del temps	21 Risotto d'arròs blanc, pèsols i ceba Tofu adobat Amanida de brots Fruita del temps	22 Crema de coliflor i bolets Faves saltades amb verdures Fruita del temps	23 Crema de cols de brúsel·les amb pastanaga al vapor Truitada de pebrot Enciam amanit logurt natural
26 Puré de patata i daus de carbassa gratinat Llom de porc adobat Enciam i espàrrecs Fruita del temps	27 Macarrons napolitana amb formatge ratllat Tempe al forn amb anet Enciam i pastanaga Fruita del temps	28 Bledes i patata amb oli d'all confitat Pollastre al forn amb pesto amb xampinyons Fruita del temps	28 Arròs amb ceba caramelitzada Truitada de xoriç Enciam i cogombre Fruita del temps	30 Crema de pastanaga i api Pèsols i patata amb oli d'oliva logurt de sabors

Fundació Futur és una organització social creada el 1996 amb la missió de generar un impacte positiu en la societat. Cuinem amb productes de proximitat, ecològics i de comerç just. Oferim un servei de restauració sostenible mitjançant el projecte MES (Menjadors Escolars Sostenibles) que es basa en quatre eixos:

- Alimentari
- Ambiental
- Justícia social
- Educatiu i formatiu

Els nostres menús segueixen el patró de la dieta mediterrània i de l'estratègia NAOS.

* La pasta, llegum i arròs són **ecològiques**.
La fruita i verdures de **proximitat/ecològiques**.

* Un cop a la setmana el pa serà integral.

* Aquest mes fruita: plàtan, pera, poma, préssec, taronja, mandarina.

* La carn de **proximitat**: pollastre, gall dindi, vedella i porc.

* Làctics La Fageda. Sucre integral de Panella **BIO**



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
			Puré de patata i ceba (s/productes làctics) FESTIU Pernils de Catalunya Amanida verda Fruita del temps	Corbats* amb pebrot vermell i orenga FESTIU Llimones Albergínia al forn Postres de soia
Patates a lo pobre vegetal Magre de porc amb pinya, ceba i pastanaga Enciam i blat de moro Fruita del temps	Sopa minestrone (juliana de verdures i pasta fina*) Lluç al forn amb espàrrecs Fruita del temps	Wok de verdures camperes Pollastre al forn amb xampinyons Patata parisina Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) Seità amb ceba, xampinyons i tomàquets cherry Enciam i pebrot Postres de soia	Crema de verdures del temps Cigrons amb tomàquet i ceba Fruita del temps
Arròs integral amb carxofes i bolets Magre de vedella amb musselina de pera Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga Tempe amb salsa de tomàquet Fruita del temps	Crema de pastanaga, api i nap Mongeta pinta estofada amb tomàquet, ceba i pebrot Fruita del temps	Puré de patata i api (vegetal) Gall dindi amb xampinyons, carxofa i ceba Carbassó al forn Fruita del temps	Fideus* saltats amb verdures i soia Tonyina a la planxa Enciam i raves Postres de soia
Espaguetis* a la Siciliana (tomàquet i olives negres) Daus de pollastre amb arròs Enciam i pastanaga Fruita del temps	Bròquil i patata al vapor Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet Fruita del temps	Risotto d'arròs blanc, pèsols i ceba (S/prod.làctics) Abadejo al forn Amanida de brots Fruita del temps	Crema de coliflor i bolets Faves saltades amb verdures Fruita del temps	Crema de cols de brusel·les amb pastanaga al vapor Tofu amb pebrot Enciam amanit Postres de soia
Puré de patata i daus de carbassa (s/gratinar) Llom de porc adobat Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Macarrons* a la napolitana (s/formatge ratllat) Salmó al forn amb anet Enciam i pastanaga Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'all confitat Pollastre al forn amb xampinyons Fruita del temps	Arròs amb ceba caramelitzada Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i pebrot Postres de soia	Crema de pastanaga i api Pèsols i patata amb oli d'oliva Fruita del temps

Fundació Futur és una organització social creada el 1996 amb la missió de generar un impacte positiu en la societat. Cuinem amb productes de proximitat, ecològics i de comerç just. Oferim un servei de restauració sostenible mitjançant el projecte MES (Menjadors Escolars Sostenibles) que es basa en quatre eixos:

- Alimentari
- Ambiental
- Justícia social
- Educatiu i formatiu

Els nostres menús segueixen el patró de la dieta mediterrània i de l'estratègia NAOS.

* La pasta, llegum i arròs són **ecològiques**.
La fruita i verdures de **proximitat/ecològiques**.

* Un cop a la setmana el pa serà integral.

* Aquest mes fruita: plàtan, pera, poma, préssec, taronja, mandarina.

* La carn de **proximitat**: pollastre, gall dindi, vedella i porc.

* Làctics La Fageda. Sucre integral de Panella **BIO**

