

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Patates estofades amb verduretes 1	Tallarins a la carbonara (gall dindi, ceba i crema de llet) 2	Espinacs i patata a la catalana 3	Arròs amb sofregit de tomàquet 4	Crema de carbassó, patata i api 5
Truita de tonyina	Escalopa de pollastre	Tonyina a la planxa	Truita de carbassó	Llenties estofades amb arròs
Enciam i tomàquet	Enciam i api	Enciam i pipes	Enciam amanit	Enciam i olives
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt natural	Fruita del temps
Arròs integral amb albergínia i carbassó 8	Mongeta, patata i pastanaga 9	Mongeta pinta estofada amb pebrot verd i porro 10	Patates al graten 11	Macarrons amb salsa de tomàquet i tonyina 12
Hamburguesa de vedella a la planxa	Remenat d'ou amb xampinyons	Filet de lluç a les fines herbes	Gall dindi a la cassola amb verduretes	Festiu Dia de la Hispanitat
Enciam i blat de moro	Enciam i espàrrecs	Patates xips	Enciam i remolatxa	Enciam i raves
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Gelat
Espaguetis integrals al pesto (oli d'oliva, alfàbrega i formatge ratllat) 15	Ragu de llenties vegetal 16	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) 17	Crema de verdures del temps 18	Bledes i patata amb oli d'oli d'oliva i confitat 19
Gall dindi a la llimona	Llom de porc rostit rostit amb pinya	Carboner al forn amb llit de ceba	Pèsols i patata saltats amb ceba	Ous durs amb Salsa Aurora
Enciam amanit	Fruita del temps	Enciam i col lombarda	Carbassó arrebossat	Enciam i pipes
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt natural
Patata i carbassa al vapor 22	Macarrons integrals amb pisto 23	Bròquil i patata gratinats 24	Arròs amb xampinyons i ceba 25	Brou vegetal amb pistons 26
Pernilets de pollastre amb prunes	Seitó arrebossat	Pollastre al forn amb orenga	Truita d'espinacs	Llenties estofades amb quinoa
Enciam i col lombarda	Enciam i tomàquet	Albergínia al forn	Enciam i olives	Fruita del temps
Fruita del temps	Fruita del temps	Fruita del temps	logurt natural	Fruita del temps
Risotto de pèsols 29	Col i patata al vapor 30	Crema de carbassa amb crostons 31	Feliç dia de la castanyada!	Amanida de patata (cogombre, pastanaga i maionesa)
Pollastre amb salsa de mostassa i mel	Truita de pernil dolç	Bacallà al forn a la mel amb xampinyons	Enciam amanit	Gall dindi en escabetx
Enciam i pebrot	Fruita del temps	Castanyes i Boniato	Fruita del temps	Enciam amanit
Fruita del temps	Fruita del temps			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, síndria, meló, albercoc, pruna.

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

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



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
Patates estofades amb verdures di Truita francesa Enciam i tomàquet Fruita del temps	Tallarins a la carbonara (gall dindi, ceba i crema de llet) dil Pernilets de pollastre rostits Enciam i api Fruita del temps	Espinacs i patata a la catalana di Tofu adobat Enciam i raves Fruita del temps	Arròs amb sofregit de tomàquet di Truita de carbassó Enciam amanit logurt natural	Crema de carbassó, patata i api dij Lenties estofades amb arròs Enciam i ceba Fruita del temps
Arròs integral amb albergínia i carbassó di Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i blat de moro Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga dil Remenat d'ou amb xampinyons Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Crema de pastanaga i api di Mongeta pintada estofada amb pebrot verd i porro Patates xips Fruita del temps	Patates al graten di Gall dindi a la cassola amb verdures Enciam i remolatxa Fruita del temps	Macarrons amb salsa de tomàquet i picada de vedella dij Festiu Dia de la Hispanitat Pit de pollastre a la planxa amb Enciam i raves Gelat
Espaguetis integrals al pesto (oli d'oliva, alfàbrega i formatge ratllat) di Gall dindi a la llimona Enciam amanit Fruita del temps	Ragu de lenties vegetal dil Llom de porc rostit amb pinya Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) di Tempe amb llit de ceba Enciam i col lombarda Fruita del temps	Crema de verdures del temps di Pèsols i patata saltats amb ceba Carbassó al forn Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oli d'oli i confitat dij Ous durs amb Salsa Aurora Enciam i raves logurt natural
Patata i carbassa al vapor di Pernilets de pollastre amb prunes Enciam i col lombarda Fruita del temps	Macarrons integrals amb pisto dil Tofu adobat Enciam i tomàquet Fruita del temps	Bròquil i patata gratinats di Pollastre al forn amb orenga Albergínia al forn Fruita del temps	Arròs amb xampinyons i ceba di Truita d'espinacs Enciam i ceba logurt natural	Brou vegetal amb fideus dij Lenties estofades amb quinoa Fruita del temps
Risotto de pèsols di Pollastre amb salsa de mostassa i mel Enciam i pebrot Fruita del temps	Col i patata al vapor dil Truita de pernil dolç Fruita del temps	Crema de carbassa amb crostons di Cigrons amb quinoa amb xampinyons Castanyes i Boniato	Feliç dia de la castanyada! Enciam amanit Fruita del temps	Amanida de patata (cogombre, pastanaga i maionesa) dij Gall dindi en escabetx Enciam amanit 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, síndria, meló, albercoc, pruna.

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

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



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
Patates estofades amb verduretes di Llom de porc a la planxa Enciam i tomàquet Fruita del temps	Tallarins* saltats amb verduretes dil Pernilets de pollastre rostits Enciam i api Fruita del temps	Espinacs i patata a la catalana di Tonyina a la planxa Enciam i raves Fruita del temps	Arròs amb sofregit de tomàquet di Tempe amb carbassó al forn Enciam amanit Postres de soja	Crema de carbassó, patata api dij Llenties estofades amb arròs Enciam i ceba Fruita del temps
Arròs integral amb albergínia i carbassó di Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i blat de moro Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga dil Tofu amb xampinyons Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Mongeta pinta estofada amb pebrot verd i porro di Filet de lluç a les fines herbes Patates xips Fruita del temps	Puré de patata i ceba (s/productes làctics) di Gall dindi a la cassola amb verduretes Enciam i remolatxa Fruita del temps	Macarrons* amb salsa de tomàquet i tonyina dij Festiu Llenguadina al forn a les fines herbes Dia de la Hispanitat Enciam i raves
Espirals* al pesto (oli d'oliva i alfàbrega) di Gall dindi a la llimona Enciam amanit Fruita del temps	Ragu de llenties vegetal dil Llom de porc rostit rostit amb pinya Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) di Carboner al forn amb llit de ceba Enciam i col lombarda Fruita del temps	Crema de verdures del temps di Pèsols i patata saltats amb ceba Carbassó al forn Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oli d'oli confitat dij Daus de vedella a les fines herbes Enciam i raves Postres de soja
Patata i carbassa al vapor di Pernilets de pollastre amb prunes Enciam i col lombarda Fruita del temps	Macarrons* amb pisto dil Salmó al forn Enciam i tomàquet Fruita del temps	Puré de patates amb bròquil (S/gratinat) di Pollastre al forn amb orenga Albergínia al forn Fruita del temps	Arròs amb xampinyons i ceba di Tempe amb espinacs saltats Enciam i ceba Postres de soja	Brou vegetal amb pistons* dij Llenties estofades amb quinoa Fruita del temps
Risotto de pèsols (s/ingred làctics ni ou) di Pollastre amb salsa de mostassa i mel Enciam i pebrot Fruita del temps	Col i patata al vapor dil Tofu amb samfaina Fruita del temps	Crema de carbassa amb crostons di Bacallà al forn a la mel amb xampinyons Castanyes i Boniato	Feliç dia de la castanyada! 	#N/A #N/A #N/A

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, síndria, meló, albercoc, pruna.

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

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



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Patates estofades amb verduretes di Llom de porc a la planxa Enciam i tomàquet Fruita del temps	Tallarins* saltats amb verduretes dil Pernilets de pollastre rostits Enciam i api Fruita del temps	Espinacs i patata a la catalana di Tonyina a la planxa Enciam i pipes Fruita del temps	Arròs amb sofregit de tomàquet i orenga di Tempe amb carbassó al forn Enciam amanit Postres de soja	Crema de carbassó, patata api dij Llenties estofades amb arròs Enciam i olives Fruita del temps
Arròs integral amb albergínia i carbassó di Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i blat de moro Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga dil Tofu amb xampinyons Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Mongeta pinta estofada amb pebrot verd i porro di Filet de lluç a les fines herbes Patates xips Fruita del temps	Puré de patata i ceba (s/productes làctics) di Gall dindi a la cassola amb verduretes Enciam i remolatxa Fruita del temps	Macarrons* amb salsa de tomàquet i tonyina dij Festiu Llengüadina al forn a les fines herbes Dia de la Hispanitat Enciam i raves Iogurt sense lactosa
Espirals* al pesto (oli d'oliva i alfàbrega) di Gall dindi a la llimona Enciam amanit Fruita del temps	Ragu de llenties vegetal dil Llom de porc rostit rostit amb pinya Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) di Carboner al forn amb llit de ceba Enciam i col lombarda Fruita del temps	Crema de verdures del temps di Pèsols i patata saltats amb ceba Carbassó al forn Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oli d'oli confitat dij Daus de vedella a les fines herbes Enciam i pipes Postres de soja
Patata i carbassa al vapor di Pernilets de pollastre amb prunes Enciam i col lombarda Fruita del temps	Macarrons* amb pisto dil Salmó al forn Enciam i tomàquet Fruita del temps	Puré de patates amb bròquil (S/gratinat) di Pollastre al forn amb orenga Albergínia al forn Fruita del temps	Arròs amb xampinyons i ceba di Tempe amb espinacs saltats Enciam i olives Postres de soja	Brou vegetal amb pistons* dij Llenties estofades amb quinoa Fruita del temps
Risotto de pèsols (s/ingred làctics ni ou) di Pollastre amb salsa de mostassa i mel Enciam i pebrot Fruita del temps	Col i patata al vapor dil Tofu amb samfaina Fruita del temps	Crema de carbassa amb crostons di Bacallà al forn a la mel amb xampinyons Castanyes i Boniato	Feliç dia de la castanyada! Enciam amanit Fruita del temps	Amanida de patata (cogombre, pastanaga i salsa verda) dij Gall dindi en escabetx Enciam amanit Compota de fruites

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, síndria, meló, albercoc, pruna.

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

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



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOURS	DIVENDRES
Patates estofades amb verduretes di Llom de porc a la planxa Enciam i tomàquet Fruita del temps	Tallarins* a la carbonara (gall dindi, ceba i crema de llet) dil Pernilets de pollastre rostits Enciam i api Fruita del temps	Espinacs i patata a la catalana di Tofu adobat Enciam i raves Fruita del temps	Arròs amb sofregit de tomàquet i orenga di Tempe amb carbassó al forn Enciam amanit logurt natural	Crema de carbassó, patata i api dij Llenties estofades amb arròs Enciam i ceba Fruita del temps
Arròs integral amb albergínia i carbassó di Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i blat de moro Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga dil Tofu amb xampinyons Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Crema de pastanaga i api di Mongeta pintada estofada amb pebrot verd i porro Patates xips Fruita del temps	Patates al graten di Gall dindi a la cassola amb verduretes Enciam i remolatxa Fruita del temps	Macarrons* amb salsa de tomàquet i picada de vedella dij Festiu Dia de la Hispanitat Pit de pollastre a la planxa amb Enciam i raves
Espirals* al pesto (oli d'oliva i alfàbrega) di Gall dindi a la llimona Enciam amanit Fruita del temps	Ragu de lleties vegetal dil Llom de porc rostit rostit amb pinya Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) di Tempe amb llet de ceba Enciam i col lombarda Fruita del temps	Crema de verdures del temps di Pèsols i patata saltats amb ceba Carbassó al forn Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oli d'oli confitat dij Daus de vedella a les fines herbes Enciam i raves logurt natural
Patata i carbassa al vapor di Pernilets de pollastre amb prunes Enciam i col lombarda Fruita del temps	Macarrons* amb pisto dil Tofu adobat Enciam i tomàquet Fruita del temps	Bròquil i patata gratinats di Pollastre al forn amb orenga Albergínia al forn Fruita del temps	Arròs amb xampinyons i ceba di Tempe amb espinacs saltats Enciam i ceba logurt natural	Brou vegetal amb pistons* dij Llenties estofades amb quinoa Fruita del temps
Risotto de pèsols (s/ingred làctics ni ou) di Pollastre amb salsa de mostassa i mel Enciam i pebrot Fruita del temps	Col i patata al vapor dil Tofu amb samfaina Fruita del temps	Crema de carbassa amb crostons di Cigrons amb quinoa amb xampinyons Castanyes i Boniato	Feliç dia de la castanyada! 	#N/A #N/A #N/A

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, síndria, meló, albercoc, pruna.

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

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



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Patates estofades amb verdures 1 Truita de tonyina Enciam i tomàquet Fruita del temps	Tallarins* a la carbonara (gall dindi, ceba i crema de llet) 2 Pernilets de pollastre rostits Enciam i api Fruita del temps	Espinacs i patata a la catalana 3 Tonyina a la planxa Enciam i pipes Fruita del temps	Arròs amb sofregit de tomàquet 4 Truita de carbassó Enciam amanit logurt natural	Crema de carbassó, patata i api 5 Lenties estofades amb arròs Enciam i olives Fruita del temps
Arròs integral amb albergínia i carbassó 8 Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i blat de moro Fruita del temps	Mongeta, patata i pastanaga 9 Remenat d'ou amb xampinyons Enciam i espàrrecs Fruita del temps	Mongeta pinta estofada amb pebrot verd i porro 10 Filet de lluç a les fines herbes Patates xips Fruita del temps	Patates al graten (s/farina de blat) 11 Gall dindi a la cassola amb verdures Enciam i remolatxa Fruita del temps	Macarrons* amb salsa de tomàquet i tonyina 12 Festiu Llengüadina al forn a les fines herbes Dia de la Hispanitat Enciam i raves Gelat (ingred s/glu)
Espirals* al pesto (oli d'oliva, alfàbrega i formatge ratllat) 15 Gall dindi a la llimona Enciam amanit Fruita del temps	Ragu de lenties vegetal 16 Llom de porc rostit rostit amb pinya Fruita del temps	Arròs tres delícies vegetal (mongeta t., pastanaga i blat de moro) 17 Carboner al forn amb llet de ceba Enciam i col lombarda Fruita del temps	Crema de verdures del temps 18 Pèsols i patata saltats amb ceba Carbassó al forn Fruita del temps	Bledes i patata amb oli d'oli d'oli confitat 19 Ous durs amb salsa de tomàquet Enciam i pipes logurt natural
Patata i carbassa al vapor 22 Pernilets de pollastre amb prunes Enciam i col lombarda Fruita del temps	Macarrons* amb pisto 23 Salmó al forn Enciam i tomàquet Fruita del temps	Bròquil i patata gratinats 24 Pollastre al forn amb orenga Albergínia al forn Fruita del temps	Arròs amb xampinyons i ceba 25 Truita d'espinacs Enciam i olives logurt natural	Brou vegetal amb pistons* 26 Lenties estofades amb quinoa Fruita del temps
Risotto de pèsols 29 Pollastre amb salsa de mostassa i mel Enciam i pebrot Fruita del temps	Col i patata al vapor 30 Truita de pernil dolç Fruita del temps	Crema de carbassa (s/crostons) 31 Bacallà al forn amb verdures amb xampinyons Castanyes i Boniato	Feliç dia de la castanyada! Enciam amanit Fruita del temps	Amanida de patata (cogombre, pastanaga i maionesa) Gall dindi en escabetx Enciam amanit 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, síndria, meló, albercoc, pruna.

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

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

