

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
30	- Mongetes seques amb all i julivert - Truita de carbassó amb pa amb tomàquet i amanida -Fruita 1	- Patata i verdura de temporada - Falafel casolà amb amanida, s/ de tahine i pa de pitta -Compota/Gelatina 2	- Macarrons integrals amb s/ de verdures escalivades - Peix fresc s/mercat amb amanida -Fruita  3	- Arròs 3 delícies amb tamari eco - Mandonguilles casolanes de vedella i porc amb amanida -Fruita 4
- Crema de verdures de temporada amb crotons - Truita de patata amb pa amb tomàquet i amanida -Fruita 7	- Patata i verdura de temporada - Pernilet de pollastre rostit amb herbes i amanida -Fruita 8	- Llenties estofades amb verdures - Arròs amb samfaina  9	- Espirals integrals amb s/de coliflor - Peix fresc s/mercat amb amanida  10 -Compota/Gelatina 10	- Mill amb dauets de verdures - Boletes d'arròs i bacallà amb amanida -Fruita 11
- Crema de verdures de temporada - Arròs a la cubana amb ou dur -Fruita 14	- Cigrons amb romesco d'avellanes - Bunyols casolans de bacallà amb amanida -Compota/Gelatina 15	- Macarrons amb s/ de verdures - Estofat de pollastre amb amanida -Fruita 16	- Arròs integral amb verdures i nyores - Llenties especiades  17 -Fruita 17	- Amanida amb enciam, pipes, crudités, germinats i olives - Hamburguesa de vedella i porc amb patates braves i ketchup casolà -Fruita 18
- Patata i verdura amb oli d'herbes - Pollastre rostit amb amanida -Fruita 21	- Hummus de llegums amb crudités i pa de pitta - Truita paisana amb amanida i pa amb tomàquet -Fruita 22	- Espirals integrals amb oli d'alfàbrega -Bunyols casolans de llenties vermelles amb s/de verdures i amanida -Compota/Gelatina 23	- Arròs integral amb oli d'espinaç - Peix fresc s/mercat amb amanida  24 -Fruita 24	- Crema de carbassa i pastanaga - Llenties estofades amb patates  25 -Fruita 25
- Spaguettis amb tomàquet - Peix al forn amb amanida -Fruita 28	- Crema de porros amb crotons - Truita de patata i ceba amb amanida -Fruita 29	MENÚ DE LA CASTANYADA Trinxat de patata i col amb topping de castanyes  Ales de pollastre eco amb s/barbacoa i xips de moniato Postres sorpresa s/llet 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 arrossos 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

