

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>-Fideus s/gluten de canana amb lactonesa casolana</p> <p>-Peix amb salsa d'escabetx i amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;">2</p>	<p>-Arròs integral amb s/ de carbassa i remolatxa</p> <p>-Pakora* casolanes de llentia vermella amb amanida</p> <p>-Iogurt</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>-Mill amb verdures de temporada</p> <p>-Truita d'espínacs amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>-Patata, moniato i bròquil al vapor</p> <p>-Mandonguilles casolanes s/gluten de pollastre amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p style="text-align: right;">6</p>
<p>-Sopa de peix amb arròs integral</p> <p>-Estofat de vedella amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;">9</p>	<p>-Trinxat de patata i col amb oli d'all</p> <p>-Ales de pollastre ecològic a l'allet amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;">10</p>	<p>-Cigrons estofats amb sofregit de verdures</p> <p>-Arròs 3 delícies -porros, pastanaga i pèsols-</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>-Crema de porros</p> <p>-Truita de patata i ceba amb amanida i pa s/gluten amb tomàquet</p> <p>-Iogurt</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>-Macarrons s/gluten amb pesto d'alfàbrega i espínacs</p> <p>-Peix fresc s/mercat amb amanida </p> <p>-Fruita 13</p>
<p>-Llenties especiades</p> <p>-Arròs integral amb s/ de verdures i tomàquet</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;">16</p>	<p>-Patata, bròcoli i coliflor al vapor</p> <p>-Pernilet de pollastre rostit amb llimona i amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>-Hummus amb pa s/gluten torrat i bastonets de pastanaga</p> <p>-Pastís de mill, carn, verdures i formatge amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>-Macarrons s/gluten amb s/napolitana i formatge ratllat</p> <p>-Peix fresc s/mercat amb amanida </p> <p>-Fruita 19</p>	<p>MENÚ FESTIU DE FINAL DE TRIMESTRE</p> <p> 20</p>
23	24	25	26	27
30	31	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 estan certificats i garantits pels segells d'Interecò 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 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).

*La pakora és un bunyol sense ou d'elaboració casolana i elaborat a base de llentia vermella i verdures.

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

