

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>-<b>Fideus</b> vegetarians a la cassola</p> <p>-<b>Truita</b> de calçots i amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>3</b></p>	<p>-<b>Crema</b> de carbassa i <b>llenties vermelles</b></p> <p>-<b>Pizza</b> casolana de verdures i formatge amb amanida</p> <p>-Iogurt</p> <p style="text-align: right;"><b>4</b></p>	<p>-<b>Arròs integral</b> amb samfaina d'hivern</p> <p>-Pernilet de <b>pollastre</b> rostit amb herbes i amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>5</b></p>	<p>-<b>Cigrons</b> estofats</p> <p>-<b>Croquetes</b> casolanes de <b>mill</b> amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>6</b></p>	<p>-<b>Crema</b> de verdures de temporada</p> <p>-<b>Bacallà</b> amb <b>patates</b> gratinades al forn amb musselina d'all</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>7</b></p>
<p>-<b>Patata i verdura</b> de temporada rostida al forn</p> <p>-<b>Falafel</b> casolà amb amanida, pa de pitta i s/ de iogurt</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>10</b></p>	<p>-<b>Llenties</b> especiades</p> <p>-<b>Truita</b> d'espínacs i patates amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>11</b></p>	<p>-<b>Crema</b> de pastanaga i fonoll</p> <p>-<b>Macarrons</b> amb bolonyesa de <b>carn</b> de vedella i porc amb amanida</p> <p>-Iogurt</p> <p style="text-align: right;"><b>12</b></p>	<p>-<b>Arròs integral</b> amb s/ de verdures escalivades</p> <p>-<b>Peix fresc</b> s/mercat amb amanida</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>13</b></p>	<p>-<b>Escudella</b> amb galets</p> <p>-<b>Carn d'olla</b> (amb patates, cigrons, pilota, pastanaga i col)</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>14</b></p>
<p>-Caldós de <b>mongetes seques</b> amb carbassa</p> <p>-<b>Arròs</b> amb s/ de remolatxa i tomàquet</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>17</b></p>	<p>-<b>Patates, bledes i pastanagues</b> al vapor</p> <p>-Estofat de <b>gall d'indi</b> i bolets amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>18</b></p>	<p>-<b>Crema</b> de porros, colirave, fonoll i poma</p> <p>-<b>Truita</b> de patates i ceba amb amanida i pa amb tomàquet</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>19</b></p>	<p>-<b>Espirals</b> amb beixamel de porros</p> <p>-<b>Peix fresc</b> s/mercat amb amanida</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>20</b></p>	<p>-<b>Mill</b> amb s/ de pastanaga i tomàquet</p> <p>-<b>Croquetes</b> casolanes de <b>cigrons</b> amb amanida</p> <p>-Iogurt</p> <p style="text-align: right;"><b>21</b></p>
<p>-<b>Arròs integral</b> caldós de verdures</p> <p>-<b>Llenties</b> amb sofregit de carbassa</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>24</b></p>	<p>-<b>Sopa</b> de pollastre i pistons</p> <p>-<b>Pollastre</b> rostit a l'allet amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>25</b></p>	<p>-<b>Cigrons</b> amb romesco d'hivern</p> <p>-<b>Bunyols</b> casolans de <b>bacallà</b> amb amanida</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>26</b></p>	<p>-<b>Patata i verdura</b> de temporada</p> <p>-<b>Truita</b> de botifarra d'ou amb amanida</p> <p>-Postres sorpresa </p> <p style="text-align: right;"><b>27</b></p>	<p>-<b>Crema</b> de verdures de temporada</p> <p>-<b>Hamburguesa</b> de vedella i porc amb patates braves i xips casolanes de moniato</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>28</b></p>
3	4	5	6	7

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'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 lletia 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).

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

