

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<p>-Fideus vegetarians a la cassola</p> <p>-Truita de calçots i amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>3</b></p>	<p>-Crema de carbassa i lleties vermelles</p> <p>-Pizza casolana de verdures i formatge amb amanida</p> <p>-Iogurt</p> <p style="text-align: right;"><b>4</b></p>	<p>-Arròs integral amb samfaina d'hivern</p> <p>-Hamburguesa casolana de llegums amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>5</b></p>	<p>-Cigrons estofats</p> <p>-Croquetes casolanes de mill amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>6</b></p>	<p>-Crema de verdures de temporada</p> <p>-Mongetes seques amb patates gratinades al forn amb musselina d'all</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>7</b></p>
<p>-Patata i verdura de temporada rostida al forn</p> <p>-Falafel casolà amb amanida, pa de pitta i s/ de iogurt</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>10</b></p>	<p>-Lleties especiades</p> <p>-Truita d'espínacs i patates amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>11</b></p>	<p>-Crema de pastanaga i fonoll</p> <p>-Macarrons amb bolonyesa de llegums i amb amanida</p> <p>-Iogurt</p> <p style="text-align: right;"><b>12</b></p>	<p>-Arròs integral amb s/ de verdures escalivades</p> <p>-Broqueta de tofu i verdures amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>13</b></p>	<p>-Escudella vegetal amb galets</p> <p>-L'olla de l'horta (amb patates, cigrons, pastanaga i col)</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>14</b></p>
<p>-Caldós de mongetes seques amb carbassa</p> <p>-Arròs amb s/ de remolatxa i tomàquet</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>17</b></p>	<p>-Patates, bledes i pastanagues al vapor</p> <p>-Estofat de llegums i bolets amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>18</b></p>	<p>-Crema de porros, colirave, fonoll i poma</p> <p>-Truita de patates i ceba amb amanida i pa amb tomàquet</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>19</b></p>	<p>-Espirals amb beixamel de porros</p> <p>-Broqueta de tofu i verdures amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>20</b></p>	<p>-Mill amb s/ de pastanaga i tomàquet</p> <p>-Croquetes casolanes de cigrons amb amanida</p> <p>-Iogurt</p> <p style="text-align: right;"><b>21</b></p>
<p>-Arròs integral caldós de verdures</p> <p>-Lleties amb sofregit de carbassa</p> <p>-Fruita </p> <p style="text-align: right;"><b>24</b></p>	<p>-Sopa vegetal de pistons</p> <p>-Falafels casolans amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>25</b></p>	<p>-Cigrons amb romesco d'hivern</p> <p>-Mill saltat amb verdures i allets amb amanida</p> <p>-Fruita</p> <p style="text-align: right;"><b>26</b></p>	<p>-Patata i verdura de temporada</p> <p>-Truita de seques amb amanida</p> <p>-Postres sorpresa </p> <p style="text-align: right;"><b>27</b></p>	<p>-Crema de verdures de temporada</p> <p>-Hamburguesa de llegums 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

