

### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

1

2

3

1



4



5

- Pasta integral amb salsa napolitana
- Croquetes de pollastre amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

6

- Arròs tres delícies
- Lluç al forn amb salsa verda i patata dau
- Fruita de temporada

7

- Patata i mongeta verda
- Salsitxes de porc amb tomàquet amanit
- logurt natural

8

- Llenties estofades amb hortalisses
- Truita a la francesa amb enciam i olives
- Fruita de temporada

11

- Fideuada de verdures
- Llenguadina a l'andalusa amb enciam i brots de soja
- Fruita de temporada

12

- Mongetes blanques amb salsa de tomàquet
- Truita de formatge amb enciam i blat de moro
- Fruita de temporada

13

- Patata i coliflor
- Daus de gall d'indi adobats amb enciam i pastanaga
- Fruita de temporada

14

- **JORNADA GASTRONÒMICA ITÀLIA** 
- Pasta al pesto genovès
- Pizza prosciutto
- Gelat de xocolata

15

- Crema de carbassó
- Arròs amb verdures i cigrons
- Fruita de temporada

18

- Arròs amb tomàquet
- Truita de patates amb enciam i blat de moro
- Fruita de temporada

19

- Amanida de pasta amb formatge fresc
- Rap al forn amb tomàquet i ceba
- Fruita de temporada

20

- Cigrons estofats
- Estofat de vedella amb xampinyons
- Fruita de temporada

21

- Crema de carbassa
- Pollastre al curri amb cuscús
- logurt natural

22

- Verdura tricolor
- Bunyols de bacallà amb enciam i olives
- Fruita de temporada

25

- Risotto de bolets
- Halibut a la romana amb enciam i tomàquet
- Fruita de temporada

26

- Patates estofades amb verdures de l'hort
- Mandonguilles mixtes a la cassola amb salsa
- Fruita de temporada

27

- Crema de verdures
- Pasta amb bolonyesa vegetal
- Fruita de temporada

28

- Sopa de brou amb fideus
- Pollastre a l'allet amb enciam i pastanaga
- logurt de maduixa

29

- Llenties amb arròs
- Truita de carbassó amb enciam i blat de moro
- Fruita de temporada

### DIA MUNDIAL DE LA DIABETIS

El 14 de novembre se celebra el Dia Mundial de la Diabetis amb l'objectiu de conscienciar i sensibilitzar la societat envers aquesta malaltia cada cop més prevalent. Recordem que una alimentació saludable i equilibrada i la pràctica d'activitat física regular ens pot ajudar a prevenir i controlar aquesta malaltia i les seves complicacions.

