



COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

Menú Basal

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		1	1	2
			Crema de carbassó ECO	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)
			Pizza amb bolonyesa de soja	Estofat de porc
			Pa integral	Enciam i blat de moro amb 'OOVE'
			Fruita de temporada	Pa blanc
				Fruita de temporada
5	6	7	8	9
Llenties estofades amb verdures	Crema de pastanaga ECO	Macarrons integrals a la carbonara	Tricolor de verdura ofegada	Arròs amb salsa de tomàquet casolana
Truita de patata i ceba	Patata amb bolonyesa de llegums	Lluç al forn	Llom rostit amb salsa	Wok de gall dindi amb verdures
Enciam i olives amb 'OOVE'		Enciam i blat de moro amb 'OOVE'	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	
Pa blanc	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural 'La Fageda'	Fruita de temporada	Fruita de temporada
12	13	14	15	16
Festiu	Crema de verdures i moniato	Cigrons estofats amb verdures	Minestra de verdures	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana
	Truita de carbassó	Hamburguesa de vedella a la planxa	Pollastre a la farigola	Peix fresc
	Xampinyons saltejats amb all i julivert	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE'	Enciam i olives amb 'OOVE'
	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
	Fruita de temporada	logurt natural 'La Fageda'	Fruita ECO de temporada	Fruita de temporada
19	20	21	22	23
Mongeta tendra amb patata	Arròs tres delícies (truita, pèsols i pernil)	Crema de carbassó ECO	Mongetes seques estofades amb verdures	Trinxat de la Cerdanya
Macarrons integrals amb bolonyesa de soja	Rap a la marinera	Llom amb samfaina	Pollastre rostit a la cassola	Truita francesa amb formatge
Pa blanc	Enciam i olives amb 'OOVE'	Patata dau	Enciam i tomàquet amb 'OOVE'	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'
Fruita de temporada	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
	Fruita de temporada	logurt natural 'La Fageda'	Fruita de temporada	Fruita de temporada
26	27	28	29	30
Sopa d'au amb fideus integrals	Paella de verdures	Bròquil gratinat	Pèsols amb patates	Crema de carbassa ECO amb crostons
Lluç a l'andalusa casolà	Truita francesa	Llenties guisades amb patata	Estofat de porc amb verduretes	Pollastre amb salsa de castanyes
Enciam i blat de moro amb 'OOVE'	Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE'		Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	Patata panadera
Pa blanc	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Natilla





COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

ESO – Menú Basal

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 Crema de carbassó ECO Pizza amb bolonyesa de soja Pa integral Fruita de temporada	2 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Estofat de porc 2ª Opció: Llom a la planxa Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
5 Llenties estofades amb verdures Truita de patata i ceba 2ª Opció: Truita francesa Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	6 Crema de pastanaga ECO Patata amb bolonyesa de llegums Pa integral Fruita de temporada	7 Macarrons integrals a la carbonara Lluç al forn 2ª Opció: Peix a l'andalusa Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc logurt natural 'La Fageda'	8 Tricolor de verdura ofegada Llom rostit amb salsa 2ª Opció: Llom a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	9 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Wok de gall dindi amb verdures Pa blanc Fruita de temporada
12 Festiu	13 Crema de verdures i moniato Truita de carbassó 2ª Opció: Truita francesa Xampinyons saltejats amb all i julivert Pa integral Fruita de temporada	14 Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa 2ª Opció: Llom a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc logurt natural 'La Fageda'	15 Minestra de verdures Pollastre a la farigola 2ª Opció: Gall dindi a la planxa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita ECO de temporada	16 Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana Peix fresc 2ª Opció: Peix a l'andalusa Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
19 Mongeta tendra amb patata Macarrons integrals amb bolonyesa de soja Pa blanc Fruita de temporada	20 Arròs tres delícies (Truita, pèsols i pernil) Rap a la marinera 2ª Opció: Lluç al forn Enciam i olives amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	21 Crema de carbassó ECO Llom amb samfaina 2ª Opció: Llom a la planxa Patata dau Pa blanc logurt natural 'La Fageda'	22 Mongetes seques estofades amb verdures Pollastre rostit a la cassola 2ª Opció: Gall dindi a la planxa Enciam i tomàquet amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	23 Trinxat de la Cerdanya Truita francesa amb formatge 2ª Opció: Truita de patata Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
26 Sopa d'au amb fideus integrals Lluç a l'andalusa casolà 2ª Opció: Lluç al forn Pa blanc Fruita de temporada	27 Paella de verdures Truita francesa 2ª Opció: Truita de patata Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	28 Bròquil gratinat Llenties guisades amb patata Pa blanc Fruita de temporada	29 Pèsols amb patates Estofat de porc amb verduretes 2ª Opció: Llom a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	30 Crema de carbassa ECO amb crostons Pollastre amb salsa de castanyes 2ª Opció: Pollastre arrebossat Patata panadera Pa blanc Natilla



COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

Menú Sense Gluten

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 Crema de carbassó ECO Pizza s/gluten amb bolonyesa de soja Pa s/gluten Fruita de temporada	2 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Estofat de porc Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada
5 Llenties s/gluten estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam i olives amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada	6 Crema de pastanaga ECO Patata amb bolonyesa de llegums s/gluten Pa s/gluten Fruita de temporada	7 Macarrons s/gluten a la carbonara s/gluten Lluç al forn Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa s/gluten logurt natural 'La Fageda'	8 Tricolor de verdura ofegada Llom rostí amb salsa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada	9 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Wok de gall dindi amb verdures Pa s/gluten Fruita de temporada
12 <i>Festiu</i>	13 Crema de verdures i moniato Truita de carbassó Xampinyons saltejats amb all i julivert Pa s/gluten Fruita de temporada	14 Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa s/gluten logurt natural 'La Fageda'	15 Minestra de verdures Pollastre a la farigola Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita ECO de temporada	16 Espaguetis s/gluten amb salsa de tomàquet casolana Peix fresc Enciam i olives amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada
19 Mongeta tendra amb patata Macarrons s/gluten amb bolonyesa de soja Pa s/gluten Fruita de temporada	20 Arròs tres delícies (truita, pèsols i pernil) Rap a la marinera s/gluten Enciam i olives amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada	21 Crema de carbassó ECO Llom amb samfaina Patata dau Pa s/gluten logurt natural 'La Fageda'	22 Mongetes seques estofades amb verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i tomàquet amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada	23 Trinxat de la Cerdanya Truita francesa amb formatge Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada
26 Sopa d'au amb fideus s/gluten Lluç a l'andalusa s/gluten Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada	27 Paella de verdures Truita francesa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada	28 Bròquil gratinat s/gluten Llenties s/gluten guisades amb patata Pa s/gluten Fruita de temporada	29 Pèsols amb patates Estofat de porc Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa s/gluten Fruita de temporada	30 Crema de carbassa ECO amb crostons s/gluten Pollastre amb salsa de castanyes s/gluten Patata panadera Pa s/gluten Natilla





COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

Menú Sense Ou

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1	2
			Crema de carbassó ECO	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)
			Pizza s/al·lèrgens amb bolonyesa de soja	Estofat de porc
			Pa integral	Enciam i blat de moro amb 'OOVE'
			Fruita de temporada	Pa blanc
				Fruita de temporada
5	6	7	8	9
Lenties estofades amb verdures	Crema de pastanaga ECO	Macarrons s/ou a la carbonara	Tricolor de verdura ofegada	Arròs amb salsa de tomàquet casolana
Abadejo al forn	Patata amb bolonyesa de llegums	Lluç al forn	Llom rostit amb salsa	Wok de gall dindi amb verdures
Enciam i olives amb 'OOVE'	Pa integral	Enciam i blat de moro amb 'OOVE'	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	Pa blanc
Pa blanc	Fruita de temporada	Pa blanc	Pa integral	Fruita de temporada
Fruita de temporada		logurt natural 'La Fageda'	Fruita de temporada	
12	13	14	15	16
<i>Festiu</i>	Crema de verdures i moniato	Cigrons estofats amb verdures	Minestra de verdures	Espaguetis s/ou amb salsa de tomàquet casolana
	Gall dindi a la planxa	Hamburguesa de vedella a la planxa	Pollastre a la farigola	Peix fresc
	Xampinyons saltejats amb all i julivert	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE'	Enciam i olives amb 'OOVE'
	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
	Fruita de temporada	logurt natural 'La Fageda'	Fruita ECO de temporada	Fruita de temporada
19	20	21	22	23
Mongeta tendra amb patata	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i pernil)	Crema de carbassó ECO	Mongetes seques estofades amb verdures	Trinxat de la Cerdanya
Macarrons s/ou amb bolonyesa de soja	Rap a la marinera	Llom amb samfaina	Pollastre rostit a la cassola	Lluç al forn
Pa blanc	Enciam i olives amb 'OOVE'	Patata dau	Enciam i tomàquet amb 'OOVE'	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'
Fruita de temporada	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
	Fruita de temporada	logurt natural 'La Fageda'	Fruita de temporada	Fruita de temporada
26	27	28	29	30
Sopa d'au amb fideus s/ou	Paella de verdures	Bròquil gratinat	Pèsols amb patates	Crema de carbassa ECO amb crostons
Lluç a l'andalusa (s/ou)	Gall dindi a la planxa	Lenties guisades amb patata	Estofat de porc	Pollastre amb salsa de castanyes
Enciam i blat de moro amb 'OOVE'	Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE'	Pa blanc	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	Patata panadera
Pa blanc	Pa integral	Fruita de temporada	Pa integral	Pa blanc
Fruita de temporada	Fruita de temporada		Fruita de temporada	logurt natural





COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

Menú Sense Lactosa

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 Crema de carbassó ECO Pizza s/al·lèrgens amb bolonyesa de soja s/formatge Pa integral Fruita de temporada	2 Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons) Estofat de porc Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
5 Lentilles estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	6 Crema de pastanaga ECO Patata amb bolonyesa de llegums sense formatge Pa integral Fruita de temporada	7 Macarrons integrals amb tomàquet Lluç al forn Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Gelatina s/sucre	8 Tricolor de verdura ofegada Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	9 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Wok de gall dindi amb verdures Pa blanc Fruita de temporada
12 <i>Festiu</i>	13 Crema de verdures i moniato Truita de carbassó Xampinyons saltejats amb all i julivert Pa integral Fruita de temporada	14 Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Gelatina s/sucre	15 Minestra de verdures Pollastre a la farigola Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita ECO de temporada	16 Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana Peix fresc Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
19 Mongeta tendra amb patata Macarrons integrals amb bolonyesa de soja s/formatge Pa blanc Fruita de temporada	20 Arròs tres delícies (truita, pèsols i pernil) Rap a la marinera Enciam i olives amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	21 Crema de carbassó ECO Llom amb samfaina Patata dau Pa blanc Gelatina s/sucre	22 Mongetes seques estofades amb verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i tomàquet amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	23 Trinxat de la Cerdanya Truita francesa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
26 Sopa d'au amb fideus integrals Lluç a l'andalusa s/làctics Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	27 Paella de verdures Truita francesa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	28 Bròquil amb pastanaga Lentilles guisades amb patata Pa blanc Fruita de temporada	29 Pèsols amb patates Estofat de porc Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	30 Crema de carbassa ECO amb crostons Pollastre amb salsa de castanyes s/làctics Patata panadera Pa blanc Gelatina s/sucre





COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

Menú Sense PLV

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 Crema de carbassó ECO Pizza s/al·lèrgens amb bolonyesa de soja s/formatge Pa integral Fruita de temporada	2 Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons) Estofat de porc Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
5 Lenties estofades amb verdures Trita de patata i ceba Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	6 Crema de pastanaga ECO Patata amb bolonyesa de llegums sense formatge Pa integral Fruita de temporada	7 Macarrons integrals amb tomàquet Lluç al forn Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Gelatina s/sucre	8 Tricolor de verdura ofegada Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	9 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Wok de gall dindi amb verdures Pa blanc Fruita de temporada
12 <i>Festiu</i>	13 Crema de verdures i moniato Trita de carbassó Xampinyons saltejats amb all i julivert Pa integral Fruita de temporada	14 Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Gelatina s/sucre	15 Minestra de verdures Pollastre a la farigola Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita ECO de temporada	16 Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana Peix fresc Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
19 Mongeta tendra amb patata Macarrons integrals amb bolonyesa de soja s/formatge Pa blanc Fruita de temporada	20 Arròs tres delícies (truita, pèsols i pernil) Rap a la marinera Enciam i olives amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	21 Crema de carbassó ECO Llom amb samfaina Patata dau Pa blanc Gelatina s/sucre	22 Mongetes seques estofades amb verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i tomàquet amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	23 Trinxat de la Cerdanya Trita francesa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
26 Sopa d'au amb fideus integrals Lluç a l'andalusa s/làctics Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	27 Paella de verdures Trita francesa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	28 Bròquil amb pastanaga Lenties guisades amb patata Pa blanc Fruita de temporada	29 Pèsols amb patates Estofat de porc Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	30 Crema de carbassa ECO amb crostons Pollastre amb salsa de castanyes s/làctics Patata panadera Pa blanc Gelatina s/sucre





COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

Menú Sense Fruits Secs

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 Crema de carbassó ECO Pizza s/al·tèrgens amb bolonyesa de llegums Pa blanc Fruita de temporada	2 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Estofat de porc Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
5 Llenties estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	6 Crema de pastanaga ECO Patata amb bolonyesa de llegums Pa blanc Fruita de temporada	7 Macarrons integrals a la carbonara Lluç al forn Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	8 Tricolor de verdura ofegada Llom rostit amb salsa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	9 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Wok de gall dindi amb verdures Pa blanc Fruita de temporada
12 <i>Festiu</i>	13 Crema de verdures i moniato Truita de carbassó Xampinyons saltejats amb all i julivert Pa blanc Fruita de temporada	14 Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	15 Minestra de verdures Pollastre a la farigola Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa blanc Fruita ECO de temporada	16 Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana Peix fresc Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
19 Mongeta tendra amb patata Macarrons integrals amb bolonyesa de llegums Pa blanc Fruita de temporada	20 Arròs tres delícies (truita, pèsols i pernil) Rap a la marinera s/fruits secs Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	21 Crema de carbassó ECO Llom amb samfaina Patata dau Pa blanc Iogurt natural 'La Fageda'	22 Mongetes seques estofades amb verdures Pollastre rostit a la cassola Enciam i tomàquet amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	23 Trinxat de la Cerdanya Truita francesa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
26 Sopa d'au amb fideus integrals Lluç a l'andalusa s/f. Secs Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	27 Paella de verdures Truita francesa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	28 Bròquil gratinat Llenties guisades amb patata Pa blanc Fruita de temporada	29 Pèsols amb patates Estofat de porc Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	30 Crema de carbassa ECO amb crostons Pollastre al forn Patata panadera Pa blanc Natilla





COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

Menú Sense Porc

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1	2
			Crema de carbassó ECO	Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge)
			Pizza amb bolonyesa de soja	Gall dindi a la planxa
			Pa integral	Enciam i blat de moro amb 'OOVE'
			Fruita de temporada	Pa blanc
				Fruita de temporada
5	6	7	8	9
Llenties estofades amb verdures	Crema de pastanaga ECO	Macarrons integrals amb tomàquet	Tricolor de verdura ofegada	Arròs amb salsa de tomàquet casolana
Truita de patata i ceba	Patata amb bolonyesa de llegums	Lluç al forn	Hamburguesa d'au a la planxa	Wok de gall dindi amb verdures
Enciam i olives amb 'OOVE'		Enciam i blat de moro amb 'OOVE'	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	
Pa blanc	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt natural 'La Fageda'	Fruita de temporada	Fruita de temporada
12	13	14	15	16
<i>Festiu</i>	Crema de verdures i moniato	Cigrons estofats amb verdures	Minestra de verdures	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana
	Truita de carbassó	Hamburguesa de vedella a la planxa	Pollastre a la farigola	Peix fresc
	Xampinyons saltejats amb all i julivert	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE'	Enciam i olives amb 'OOVE'
	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
	Fruita de temporada	logurt natural 'La Fageda'	Fruita ECO de temporada	Fruita de temporada
19	20	21	22	23
Mongeta tendra amb patata	Arròs tres delícies (fruita, pèsols i gall dindi)	Crema de carbassó ECO	Mongetes seques estofades amb verdures	Trinxat de la Cerdanya s/cam
Macarrons integrals amb bolonyesa de soja	Rap a la marinera	Gall dindi a la planxa	Pollastre rostit a la cassola	Truita francesa amb formatge
Pa blanc	Enciam i olives amb 'OOVE'	Patata dau	Enciam i tomàquet amb 'OOVE'	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'
Fruita de temporada	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
	Fruita de temporada	logurt natural 'La Fageda'	Fruita de temporada	Fruita de temporada
26	27	28	29	30
Sopa d'au amb fideus integrals	Paella de verdures	Bròquil gratinat	Pèsols amb patates	Crema de carbassa ECO amb crostons
Lluç a l'andalusa	Truita francesa		Gall dindi a la planxa	Pollastre amb salsa de castanyes
Enciam i blat de moro amb 'OOVE'	Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE'	Llenties guisades amb patata	Enciam i pastanaga amb 'OOVE'	Patata panadera
Pa blanc	Pa integral	Pa blanc	Pa integral	Pa blanc
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Natilla





COR DE MARIA MATARÓ – Octubre 26

Menú Vegetarià

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Taronja i Mandarina

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 Crema de carbassó ECO Pizza amb bolonyesa de soja Pa integral Fruita de temporada	2 Arròs a la milanesa (pèsols, xampinyons i formatge) Hamburguesa de llegums Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
5 Llenties estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	6 Crema de pastanaga ECO Patata amb bolonyesa de llegums Pa integral Fruita de temporada	7 Macarrons integrals amb tomàquet Truita francesa Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc iogurt natural 'La Fageda'	8 Tricolor de verdura ofegada Saltat de llegums amb fruits secs Pa integral Fruita de temporada	9 Arròs amb salsa de tomàquet casolana Wok de soja amb verdures Pa blanc Fruita de temporada
12 <i>Festiu</i>	13 Crema de verdures i moniato Truita de carbassó Xampinyons saltejats amb all i julivert Pa integral Fruita de temporada	14 Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa vegetal a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc iogurt natural 'La Fageda'	15 Minestra de verdures Truita francesa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita ECO de temporada	16 Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana Amanida de llegums Pa blanc Fruita de temporada
19 Mongeta tendra amb patata Macarrons integrals amb bolonyesa de soja Pa blanc Fruita de temporada	20 Arròs tres delícies (truita, pèsols i pastanaga) Amanida amb fruits secs Pa integral Fruita de temporada	21 Crema de carbassó ECO Saltejat de llegums amb verdures Pa blanc iogurt natural 'La Fageda'	22 Mongetes seques estofades amb verdures Rotllets de primavera Enciam i tomàquet amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	23 Trinxat de la Cerdanya s/cam Truita francesa amb formatge Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada
26 Sopa vegetal amb fideus integrals Saltejat de llegums amb verdures i patata Pa blanc Fruita de temporada	27 Paella de verdures Truita francesa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	28 Bròquil gratinat Llenties guisades amb patata Pa blanc Fruita de temporada	29 Pèsols amb patates Amanida amb ou dur Pa integral Fruita de temporada	30 Crema de carbassa ECO amb crostons Hamburguesa de llegums Patata panadera Pa blanc Natilla

