

SIN LACTOSA, SIN PLV, SIN TERNERA, SIN MARISCO, SIN SOJA

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÓGICO CON SALSA DE TOMATE

LIMANDA AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

COMPOTA DE FRUTA

11

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

12

JUDIA BLANCA ECOLÓGICA SALTEADAS

LIMANDA CON TOMATE AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

13

PATATA Y BROCOLI ECOLÓGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

ROLLITO DE PRIMAVERA AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO

TORTILLA FRANCESA CON PATATA PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÓGICA

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÓGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

POLLO ECOLÓGICO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLÓGICA

HUEVOS DUROS CON TOMATE ALIÑADO

FRUTA DE TEMPORADA

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

COSTILLAS DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÓGICA

21

GARBANZOS ECOLÓGICOS CON ACELGAS

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

COMPOTA DE FRUTA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUA DE VERDURAS

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÓGICA

25

ARROZ ECOLÓGICO TRES DELICIAS (MAIZ, ZANAHORIA Y GUI SANTES)

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

COMPOTA DE FRUTA

27

LENTEJAS ECOLÓGICAS GUI SADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

LOMO DE CERDO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

28

MACARRONES ECOLÓGICOS CON TOMATE

LIMANDA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

COMPOTA DE FRUTA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y ATUN

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA DE TEMPORADA



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÓGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN CARNE, SIN LACTOSA

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÓGICO CON SALSA DE TOMATE

LIMANDA AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

COMPOTA DE FRUTA

11

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

12

JUDIA BLANCA ECOLÓGICA SALTEADAS

HAMBURGUESA VEGANA CON TOMATE AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

13

PATATA Y BROCOLI ECOLÓGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

ROLLITO DE PRIMAVERA AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÓGICA

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÓGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

18

SOPA DE VERDURAS CON PASTA ECOLÓGICA

HUEVOS DUROS CON TOMATE ALIÑADO

FRUTA DE TEMPORADA

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

HAMBURGUESA VEGANA CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÓGICA

21

GARBANZOS ECOLÓGICOS CON ACELGAS

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

COMPOTA DE FRUTA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÓGICA

25

ARROZ ECOLÓGICO TRES DELICIAS (MAIZ, ZANAHORIA Y GUI SANTES)

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

ROLLITO DE PRIMAVERA AL HORNO CON ARROZ INTEGRAL

COMPOTA DE FRUTA

27

LENTEJAS ECOLÓGICAS GUI SADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

28

MACARRONES ECOLÓGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA VEGANA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

COMPOTA DE FRUTA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y ATUN

MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

FRUTA DE TEMPORADA



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÓGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN HUEVO, SIN KIWI

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

COMPOTA DE FRUTA

11

CREMA DE VERDURAS

FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA Y ZANAHORIA

FRUTA - PERMITIDA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO CON TOMATE AL HORNO

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA - PERMITIDA

14

MACARRONES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON OREGANO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA PERMITIDA

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLOGICO CON VERDURAS (cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde)

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

18

SOPA DE AVE CON PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO)

MUSLO DE AVE AL HORNO CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA - PERMITIDA

19

ESPIRALES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA - PERMITIDA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

COSTILLAS DE CERDO CON SALSA BARBACOA

FRUTA PERMITIDA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

PAVO A LA PLANCHA CON TOMATE HORNO Y OREGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

24

CREMA DE CALABACIN ECO

ESPAGUETIS (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON ZANAHORIA, CALABACIN Y CEBOLLA

FRUTA PERMITIDA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN, JAMON Y SALSA DE SOJA

MERLUZA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA - PERMITIDA

28

MACARRONES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA - PERMITIDA



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÓGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN FRUTOS SECOS, SIN NECTARINA, SIN MELOCOTON

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

11

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA - PERMITIDA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO CON TOMATE AL HORNO

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA - PERMITIDA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO Y QUESO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA PERMITIDA

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLOGICO CON VERDURAS (cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde)

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA

MUSLO DE AVE AL HORNO CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA - PERMITIDA

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA - PERMITIDA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA
COSTILLAS DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO

FRUTA PERMITIDA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA PERMITIDA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN, JAMON Y SALSA DE SOJA

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA - PERMITIDA

28

MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA - PERMITIDA



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÓGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN PIEL DE MELOCOTON

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

CROQUETAS DE LA ABUELA CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

17 **JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA**

ARROZ ECOLÒGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA PERMITIDA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA - PERMITIDA

11

CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA - PERMITIDA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA

CORDON BLUE CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA - PERMITIDA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN, JAMON Y SALSA DE SOJA

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO AL HORNO CON PAN CON TOMATE

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA - PERMITIDA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA - PERMITIDA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

COSTILLAS DE CERDO CON SALSA BARBARCOA

FRUTA PERMITIDA

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUISADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA - PERMITIDA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO Y QUESO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA PERMITIDA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT NATURAL

28

MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN FRUTOS ROJOS

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

CROQUETAS DE LA ABUELA CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÒGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA DE TEMPORADA

11

CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA

CORDON BLUE CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA DE TEMPORADA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN, JAMON Y SALSA DE SOJA

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO AL HORNO CON PAN CON TOMATE

YOGUR COOPERATIVA OLOT

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

COSTILLAS DE CERDO CON SALSA BARBACOA

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUISADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO Y QUESO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

28

MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

TRITURADO ESPECIAL

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

TRITURADO DE ARROZ ECOLÓGICO
TRITURADO DE POLLO CON PATATA Y ZANAHORIA
COMPOTA DE FRUTA

11

TRITURADO DE PATATA CON CALABACIN Y ZANAHORIA
TRITURADO DE HUEVO DURO CON JUDIA VERDE
COMPOTA

12

TRITURADO JUDIA BLANCA ECOLÓGICA (SIN CEBOLLA)
TRITURADO DE LIMANDA CON PATATA
COMPOTA DE FRUTA

13

TRITURADO DE PATATA Y ZANAHORIA
TRITURADO DE POLLO CON CALABACIN
COMPOTA

14

TRITURADO MACARRONES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON OREGANO
TRITURADO DE MERLUZA CON PATATA
COMPOTA

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

TRITURADO DE ARROZ ECOLOGICO CON ACEITE DE OLIVA
TRITURADO DE POLLO CON PATATA Y ZANAHORIA
COMPOTA DE FRUTA

18

TRITURADO DE ESPAGUETIS (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON ACEITE DE OLIVA
TRITURADO DE AVE CON JUDIA VERDE
COMPOTA

19

TRITURADO DE ESPIRALES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON ACEITE DE OLIVA
TRITURADO LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO
COMPOTA

20

TRITURADO JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA
TRITURADO DE PESCADO BLANCO CON CALABACIN
COMPOTA

21

TRITURADO DE JUDIA VERDE Y PATATA
TRITURADO DE TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIA
COMPOTA DE FRUTA

24

TRITURADO DE CALABACIN
TRITURADO DE PESCADO BLANCO CON PATATA Y ZANAHORIA
COMPOTA

25

TRITURADO DE ARROZ ECOLOGICO CON ZANAHORIA
TRITURADO DE HUEVO CON JUDIA VERDE
COMPOTA DE FRUTA

26

TRITURADO PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE
TRITURADO DE POLLO ECO CON CALABACIN
COMPOTA DE FRUTA

27

TRITURADO DE PATATA Y ZANAHORIA
TRITURADO DE BACALAO CON CALABACIN
COMPOTA

28

TRITURADO MACARRONES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON ACEITE DE OLIVA
TRITURADO DE LIMANDA CON JUDIA BLANCA
COMPOTA DE FRUTA

31

TRITURADO DE PATATA HERVIDA
TRITURADO DE MERLUZA CON ZANAHORIA
COMPOTA



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÓGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN FRUTOS SECOS

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLOGICO CON VERDURAS (cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde)

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA DE TEMPORADA

11

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA

MUSLO DE AVE AL HORNO CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA DE TEMPORADA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN, JAMON Y SALSA DE SOJA

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO CON TOMATE AL HORNO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

COSTILLAS DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUISADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO Y QUESO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

28

MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN GAMBAS

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÒGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUA DE VERDURAS

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA DE TEMPORADA

11

CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA

MUSLO DE AVE AL HORNO CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA DE TEMPORADA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN Y JAMON

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO AL HORNO CON PAN CON TOMATE

YOGUR COOPERATIVA OLOT

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

COSTILLAS DE CERDO CON SALSA BARBARCOA

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

LOMO DE CERDO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO Y QUESO

TORTILLA FRANCESA CON PATATA PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

28

MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN HUEVO

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

COMPOTA DE FRUTA

11

CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES

FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA Y ZANAHORIA

FRUTA DE TEMPORADA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO CON TOMATE AL HORNO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON OREGANO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLOGICO CON VERDURAS (cebolla, zanahoria, pimiento rojo y verde)

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

18

SOPA DE AVE CON PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO)

MUSLO DE AVE AL HORNO CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA DE TEMPORADA

19

ESPIRALES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

COSTILLAS DE CERDO CON SALSA BARBACOA

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

PAVO A LA PLANCHA CON TOMATE HORNO Y OREGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

24

CREMA DE CALABACIN ECO

ESPAGUETIS (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON ZANAHORIA, CALABACIN Y CEBOLLA

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN, JAMON Y SALSA DE SOJA

MERLUZA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

28

MACARRONES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA DE TEMPORADA



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN GLUTEN

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

11

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO CON TOMATE AL HORNO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMATE

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON OREGANO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÒGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

18

SOPA DE AVE CON PASTA (SIN GLUTEN SIN HUEVO)

MUSLO DE AVE AL HORNO CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA DE TEMPORADA

19

ESPIRALES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA
COSTILLAS DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

24

CREMA DE CALABACIN ECO

ESPAGUETIS (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON ZANAHORIA, CALABACIN Y CEBOLLA

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN Y JAMON

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

28

MACARRONES (SIN GLUTEN SIN HUEVO) CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA DE TEMPORADA



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN CERDO SIN TERNERA

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

QUESO FRESCO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÒGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

FRUTA DE TEMPORADA

11

CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA

CORDON BLUE CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA DE TEMPORADA

25

ARROZ ECOLOGICO TRES DELICIAS (MAIZ, ZANAHORIA Y GUI SANTES)

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

HAMBURGUESA VEGANA CON TOMATE AL HORNO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA P

OLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

HAMBURGUESA VEGANA CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUI SADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO Y QUESO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS CON ACELGAS

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉ GANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

28

MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA VEGANA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN CERDO

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

QUESO FRESCO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÒGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

POLLO ECOLOGICO TANDOORI CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

FRUTA DE TEMPORADA

11

CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA

CORDON BLUE CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA DE TEMPORADA

25

ARROZ ECOLOGICO TRES DELICIAS (MAIZ, ZANAHORIA Y GUI SANTES)

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

HAMBURGUESA VEGANA CON TOMATE AL HORNO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

HAMBURGUESA VEGANA CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUI SADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO Y QUESO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

28

MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN CARNE

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

QUESO FRESCO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

NATILLAS VAINILLA COOPERATIVA DE OLOT

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÒGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y QUESO GRATINADO

MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA F

FRUTA DE TEMPORADA



11

CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

18

SOPA DE VERDURAS CON PASTA ECOLÒGICA

HUEVOS DUROS CON TOMATE Y QUESO FRESCO

FRUTA DE TEMPORADA

25

ARROZ ECOLÒGICO TRES DELICIAS (MAIZ, ZANAHORIA Y GUI SANTES)

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA



12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS H

AMBURGUESA VEGANA CON TOMATE AL HORNO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

ROLLITO DE PRIMAVERA AL HORNO CON ARROZ INTEGRAL

YOGUR COOPERATIVA OLOT



13

PATATA Y BROCOLI ECOLÒGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

ROLLITO DE PRIMAVERA AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

HAMBURGUESA VEGANA CON ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

27

LENTEJAS ECOLÒGICAS GUI SADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA



14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO Y QUESO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLÒGICOS CON ACELGAS

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉ GANO

YOGUR COOPERATIVA OLOT

28

MACARRONES ECOLÒGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA VEGANA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

QUESITO Y MEMBRILLO



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

SIN LACTOSA SIN PLV

ENERO - 2022

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

10

ARROZ ECOLÒGICO CON SALSA DE TOMATE

POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA

COMPOTA DE FRUTA

11

CREMA DE VERDURAS

TORTILLA DE PATATA I CEBOLLA CON LECHUGA Y PEPINO

FRUTA DE TEMPORADA

12

JUDIA BLANCA ECOLÒGICA SALTEADAS

BUTIFARRA DE CERDO CON TOMATE AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

13

PATATA Y BROCOLI ECOLOGICO HERVIDO Y ACEITE DE OLIVA

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON CUS CUS

FRUTA DE TEMPORADA

14

MACARRONES INTEGRALES CON OREGANO

MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE CEBOLLA Y LIMON CON PATATAS PANADERA AL HORNO

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

17

JORNADA GOLFO DE BENGALA: INDIA

ARROZ ECOLÒGICO ESPECIADO AL ESTILO HINDÚ

POLLO ECOLOGICO AL HORNO CON LECHUGA Y TOMATE CHERRY

GELATINA DE FRESA

18

SOPA DE AVE CON PASTA ECOLOGICA

MUSLO DE AVE AL HORNO CON TOMATE ALIÑADO

FRUTA DE TEMPORADA

19

ESPIRALES CON DADOS DE TOMATE Y CHAMPIÑONES

LIMANDA AL HORNO CON PATATA A DADO

FRUTA DE TEMPORADA

20

JUDIA VERDE HERVIDA CON PATATA

COSTILLAS DE CERDO CON SALSA BARBACOA

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

21

GARBANZOS ECOLOGICOS BOLOÑESA

TORTILLA FRANCESA CON TOMATE HORNO Y ORÉGANO

COMPOTA DE FRUTA

24

CREMA DE CALABACIN ECO

FIDEUÀ DE PESCADO (con pasta eco)

FRUTA DE TEMPORADA ECOLÒGICA

25

ARROZ ECOLOGICO CON GUISANTES, ATÚN, JAMON Y SALSA DE SOJA

TORTILLA FRANCESA CON ALCACHOFAS AL HORNO

COMPOTA DE FRUTA

26

PATATA, ZANAHORIA ECO I JUDIA VERDE

CONTRAMUSLO DE POLLO ECO AL CURRY CON ARROZ INTEGRAL

COMPOTA DE FRUTA

27

LENTEJAS ECOLOGICAS GUIADAS CON VERDURAS (CEBOLLA, PATATA Y ZANAHORIA)

BACALAO AL HORNO CON SAMFAINA

FRUTA DE TEMPORADA

28

MACARRONES ECOLOGICOS CON TOMATE

HAMBURGUESA DE TERNERA CON JUDIA BLANCA SALTEADA

COMPOTA DE FRUTA

31

PASTEL DE PATATA CON TOMATE Y ATUN

ESTOFADO DE CERDO

FRUTA DE TEMPORADA



Nuestros proveedores de pan, fruta, verdura, lácteos y carne son de Gerona. Todo el Arroz, Pasta, Legumbre y Pollo que se sirve es de origen ECOLÒGICO. Una vez por semana se servirá Eco patata o zanahoria o calabacín o cebolla o puerro o calabaza. La fruta y la verdura Eco variará según disponibilidad del mercado.

¡Te damos la bienvenida
a nuestro comedor
escolar seguro!

Comienza
con un buen
DESAYUNO



Pan, cereales o
derivados



Leche o
derivados



Fruta fresca
y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

[Empty dashed box for notes]

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020
En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

