



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
RECOMANACIONS PEL SOPAR: Si de primer plat ha dinat pasta, arròs o llegum, recomanem sopar verdura, crema de verdura o amanida i a l'inrevés. Si de segon plat ha dinat llegum, proteïna vegetal o ou, proposem sopar carn o peix i a l'inrevés. De postres, aconsellem donar fruita fresca cada dia i reservar 1-2 dies pels làctics "OOVE": Oli d'oliva verge extra en amanides i verdures.			1) DIA DEL TREBALLADOR	2) FESTA LLIURE DISPOSICIÓ
5) Fusili al pesto Hamburguesa de vedella Enciam i olives Pa integral i fruita de temporada	6) Amanida d'arròs ecològic del Delta amb tomàquet, pastanaga i blat de moro Llenguadina arrebossada casolana Enciam i blat de moro Pa blanc i fruita de temporada	7) Fideuà marinera amb fideus ecològics Lluç al forn Enciam i pastanaga Pa integral i fruita de temporada	8) Mongeta verda i patata amb "OOVE" Pollastre de corral de Girona al forn amb ceba i tomàquet Enciam i olives Pa blanc i iogurt	9) Amanida de cigrons (tomàquet i pastanaga i olives) Trita a la francesa Enciam i tomàquet Pa integral i fruita de temporada
12) Pesols saltejats amb ceba i bacó Pollastre de corral de Girona arrebossat Enciam i pastanaga Pa integral i fruita de temporada	13) Espaguetis ecològics de 'La Perla del Segre' amb de tomàquet casolana Trita de patata casolana Enciam i olives Pa blanc i iogurt	14) Arròs saltejat amb verdures Botifarra amb mongetes Enciam i tomàquet Pa integral i fruita de temporada	15) Amanida de llenties (pernil, tomàquet i pastanaga) Llenguadina a la planxa Patates xips Pa blanc i fruita de temporada	16) Amanida de patata (ou dur, olives i tonyina) Costelles amb salsa barbacoa Enciam i olives Pa integral i fruita de temporada
19) Arròs ecològic del Delta amb salsa de tomàquet casolana Fajitas" mexicanes amb pollastre de corral i verdures Enciam i tomàquet Pa integral i fruita de temporada	20) Espaguetis ecològics de 'La Perla del Segre' aglio e olio amb gambes Estofat de vedella amb xampinyons i patates dau Enciam i blat de moro Pa blanc i fruita de temporada	21) Cigrons ecològics de Girona estofats (api, ceba, carbassó i tomàquet) Peix fresc de llotja Enciam i pastanaga Pa integral i iogurt	22) Amanida de pasta (pernil dolç, blat de moro, tomàquet i olives) Pit de pollastre de Girona a la planxa Enciam i blat de moro Pa blanc i fruita de temporada	23) Crema de verdures del Maresme Trita de patata casolana Enciam i pastanaga Pa integral i fruita de temporada
26) Mongeta veda i patata amb "OOVE" Mandonguilles amb salsa de tomàquet Enciam i olives Pa integral i fruita de temporada	27) Amanida d'arròs ecològic del Delta amb tonyina, pastanaga i olives Wok de pollastre de Girona saltejat amb verdures Enciam i olives Pa blanc i iogurt	28) Crema de carbassa i pastanaga amb crostons Pizza amb pernil Enciam i tomàquet Pa integral i fruita de temporada	29) Macarrons ecològics amb salsa de formatge Pollastre de corral de Girona al forn amb ceba i tomàquet Enciam i olives Pa blanc i fruita de temporada	30) Llenties ecològiques de Girona estofades (api, ceba, carbassó i tomàquet) Pulled pork amb pa bao Enciam i tomàquet Pa integral i fruita de temporada

Per Aramark, parlar de proximitat o km 0 no és ni una moda, ni una tendència. Ho fem des de fa uns anys.

Totes les nostres matèries primeres provenen de proveïdors locals.

És la nostra forma d'assegurar-nos que els ingredients són els més frescos possibles, respectuosos amb el medi ambient, i a més a més, podem ajudar a l'economia local.

VERDURES DE TEMPORADA/PROXIMITAT: Pèsols, carbassa, bròquil, pastanaga, carbassó, pebrot i mongeta verda son ecològics i de Tarragona).

Julivert (Barcelona), api (Barcelona), ceba (Lleida), coliflor (Barcelona), all (Girona), bledes (Barcelona)

FRUITA DE TEMPORADA/PROXIMITAT: Poma i pera (Lleida)

FRUITA ECOLÒGICA: Poma i pera (Lleida)

PEIX FRESC segons mercat de les Ilotges de Costa Brava o Vilanova

POLLASTRE DE CORRAL I GALL DINDI de Girona

LLEGUMS ECOLÒGICS

PASTES DE PROXIMITAT 'DE LA PERLA DEL SEGRE' integrals i ecològiques i de la 'Moianesa', tradicionals i integrals

ARRÒS INTEGRAL del Delta de L'Ebre

CARNS 'Q' de qualitat de 'Puigbó'

OLI 'Borges' d'oliva Verge Extra (AOVE) d'origen Tàrrrega

IOGURTS ARTESANS del Moianès i Sallent

L'ORIGEN DELS NOSTRES ALIMENTS

