



DILLUNS 5	DIMARTS 6	DIMECRES 7	DIJOUS 8	DIVENDRES 9
Espirals napolitana amb formatge Croquetes d'espínacs amb cogombre amanit Fruita de temporada / Pa Energia: 616,86 Kcal	Amanida d'arròs Mandonguilles de vedella amb samfaina Fruita de temporada / Pa Energia: 620,76 Kcal	Mongeta tendra amb patata Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga ratllada Iogurt natural / Pa Energia: 500,2 Kcal	Vichyssoise amb crostons de pa Lluç amb salsa verda Fruita de temporada / Pa Energia: 424,98 Kcal	Amanida de llenties / Petits: llenties estofades Remenat d'ou i pernil amb amanida Fruita de temporada / Pa Energia: 575,42 Kcal
DILLUNS 12	DIMARTS 13	DIMECRES 14	DIJOUS 15	DIVENDRES 16
Crema de carbassa Canelons rossini Fruita de temporada / Pa Energia: 581,28 Kcal	Cigrons saltats amb sofregit Escalopa de gall dindi amb enciam, cogombre i pastanaga Fruita de temporada / Pa Energia: 608,37 Kcal	Amanida russa Llimanda al forn amb amanida Fruita de temporada / Pa Energia: 459,35 Kcal	Mongeta estofada Pollastre a l'ast amb tomàquet amanit Iogurt natural / Pa Energia: 570,66 Kcal	Arròs al forn amb pastanaga i pèsols Trita de formatge amb enciam tres colors Fruita de temporada / Pa Energia: 519,16 Kcal
DILLUNS 19	DIMARTS 20	DIMECRES 21	DIJOUS 22	DIVENDRES 23
Amanida de llenties / Petits: llenties estofades Medalló de salmó amb amanida Fruita de temporada / Pa Energia: 571,97 Kcal	Arròs amb tomàquet Pollastre a l'allet amb enciam i cogombre Iogurt natural / Pa Energia: 603,38 Kcal	Crema de pèsols Trita de patata i ceba amb enciam i pa amb tomàquet Fruita de temporada Energia: 505,8 Kcal	Amanida d'estiu Cigrons estofats amb ou dur Fruita de temporada / Pa Energia: 471,12 Kcal	Amanida de llaços de colors Salsitxes de porc amb enciam i tomàquet Fruita de temporada / Pa Energia: 554,82 Kcal
DILLUNS 26	DIMARTS 27	DIMECRES 28	DIJOUS 29	DIVENDRES 30
Macarrons a la carbonara Seitons arrebossats amb amanida Fruita de temporada / Pa Energia: 691,83 Kcal	Crema de verdures amb mongetes seques Pollastre al forn amb xips de carbassó Fruita de temporada / Pa Energia: 655,16 Kcal	Arròs saltat amb bolets Hamburguesa vegetal amb enciam tres colors Iogurt natural / Pa Energia: 563,2 Kcal	Trinxat de la Cerdanya Trita paisana amb tomàquet amanit Fruita de temporada / Pa Energia: 403,66 Kcal	Amanida de cigrons Pizza de gall dindi i xampinyons Fruita de temporada / Pa Energia: 676,5 Kcal

### Benvingut setembre! Benvingut curs 2022-2023!

Comencem l'any escolar amb moltes ganes i amb uns menús boníssims! Com sempre, des de ReCrea treballem propostes sanes i equilibrades, diverses, sostenibles i a mida. I com sempre, acompanyem l'alimentació amb educació perquè els nostres infants adquireixin hàbits saludables des de ben petites i petits. Ens llegim el pròxim mes!

### Dijous dia 8: Vichyssoise!

Sabies que el porro és de la mateixa família de l'all i la ceba?

A més, és ric en fibra, vitamina C i àcid fòlic.



### A veure si trobeu quins plats del menú són típics de la cuina catalana... N'hi ha 2!

- Fruita de temporada.
- Pa blanc i integral.
- Tots els plats están amanits amb oli d'oliva verge extra.

