

HALAL

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

Iogurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) I guarnició d'amanida

Iogurt natural sense sucre

ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

Iogurt natural sense sucre

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB DAUS DE
L'HORT

HAMBURGUESA D'AU
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

Iogurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS D'AU ESTOFATS
AMB XAMPINYONS i
guarnició d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGINIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
AMB CROSTONS

SALSTIXES D'AU AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA
TEXTURITZADA I
FORMATGE

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **pa integral** 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix **iogurt natural** i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, mairès, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE CARN

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

logurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) i guarnició d'amanida

logurt natural sense sucre

ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

logurt natural sense sucre

DIMARTS

XAMPINYONS VERDS
AMB PATATA

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES DE
L'HORT

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

logurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE *PEIX BLANC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGINIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

*PEIX BLANC AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA

REMENAT D'OU amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

*PEIX BLANC A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURETES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
AMB CROSTONS

*PEIX BLANC AL FORN
amb xips de moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

*PEIX BLANC AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA
TEXTURITZADA I
FORMATGE

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB
GALETS

*PEIX BLANC
ENFARINAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les fruites són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix pa integral 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, mairès, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

SENSE FRUITS SECS
(M.G.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

logurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) i guarnició d'amanida

logurt natural sense sucre

ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

logurt natural sense sucre

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB DAUS DE
L'HORT

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

logurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGÍNIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÓS

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE
POLLASTRE I
FORMATGE

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **PA ESPECIAL (sfruits secs)**, exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, mairès, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE NOUS + KIWI +
SÈSAM (D.A.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

Iogurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) I guarnició d'amanida

Iogurt natural sense sucre

ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

Iogurt natural sense sucre

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES DE
L'HORT

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps (NO KIWI)

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

Iogurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps (NO KIWI)

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps (NO KIWI)

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGÍNIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps (NO KIWI)

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps (NO KIWI)

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps (NO KIWI)

PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps (NO KIWI)

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps (NO KIWI)

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps (NO KIWI)

ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURETES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps (NO KIWI)

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÓS

Fruita del temps (NO KIWI)

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps (NO KIWI)

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE
POLLASTRE I
FORMATGE

Fruita del temps (NO KIWI)

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps (NO KIWI)

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps (NO KIWI)

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana. **NO KIWI**
Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.
Es serveix **PA ESPECIAL (sfruits secs, s/sèsam)**, exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.
Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.
Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.
*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, maires, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE FRUCTOSA
(P.H.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PURÉ DE PATATA I
CARBASSÓ

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb enciam
amanit i olives

logurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(carbassó, bròquil, porro,
patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet
natural i ou dur) I
guarnició d'enciam

logurt natural sense sucre
ESPINACS AMB PATATA

ARRÓS BLANC AMB
SALSA DE TOMÀQUET
(tomàquet natural triturat)

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE CARBASSÓ i
enciam

logurt natural sense sucre

DIMARTS

PASTA BLANCA AMB
SALSA DE TOMÀQUET
(tomàquet natural triturat)

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps
(PERMESA)

ARRÓS SALTAT AMB
LLENTIES

TRUITA DE FORMATGE
amb enciam i cogombre

logurt natural sense
sucre

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS (tomàquet
natural triturat) i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps
(PERMESA)

BLEDES AMB PATATA

TRUITA DE PATATA amb
enciam

Fruita del temps
(PERMESA)

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET (tomàquet
natural triturat)

TRUITA DE PATATA I
ALBERGÍNIA amb enciam

Fruita del temps
(PERMESA)

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam

Fruita del temps
(PERMESA)

EMPEDRAT DE PATATA
(olives, enciam, cogombre)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i olives

Fruita del temps
(PERMESA)

PASTA BLANCA AMB
SALSA DE TOMÀQUET
(tomàquet natural triturat)

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps
(PERMESA)

DIJOUS

PASTA BLANCA AMB
SALSA DE TOMÀQUET
(tomàquet natural triturat)

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam

Fruita del temps
(PERMESA)

CREMA DE COLIFLOR
(coliflor, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU AL FORN
amb enciam i olives

Fruita del temps
(PERMESA)

ARRÓS BLANC AMB
VERDURES DE
L'HORT (carbassó,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
olives

Fruita del temps
(PERMESA)

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

TRUITA A LA
FRANCESA amb vaset
d'arròs

Fruita del temps
(PERMESA)

LA CASTANYADA
CREMA DE COLIFLOR I
CARBASSÓ
S/CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb patates xips

FANTASMES (Plàtan)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
amb arròs

Fruita del temps
(PERMESA)

BRÒQUIL AMB PATATA

PASTA BLANCA AMB
BOLONYESA DE
POLLASTRE (tomàquet
natural triturat) I
FORMATGE

Fruita del temps
(PERMESA)

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

*PEIX BLANC AL FORN
amb salsa de tomàquet
natural (s/ceba)

Fruita del temps
(PERMESA)

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps
(PERMESA)

FESTIU

Les fruites són de temporada i proximitat: meló, mandarina, taronja.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, naps, cols de Brussel·les, api, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix PA ESPECIAL (s/làctics), exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, maïres, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE PRODUCTE DEL MAR
(P.T.) (M.H.) (V.G.) (N.B.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb tomàquet amanit i
olives

Iogurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÒS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) I guarnició d'amanida

Iogurt natural sense sucre

**ARRÒS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET**

POLLASTRE AL FORN
AMB SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

Iogurt natural sense sucre

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB DAUS DE
L'HORT

**HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN** amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

Iogurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÒS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

**TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGINIA**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

**PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA**

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

**ARRÒS INTEGRAL AMB
VERDURES DE
L'HORT** (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
AMB CROSTONS

**BOTIFARRA DE PORC AL
FORN** amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

**PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA
TEXTURITZADA I
FORMATGE**

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **pa integral** 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix **iogurt natural** i **sense sucre**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza **sal iodada** per cuinar i amanir.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE FRUITS SECS +
PRÉSSEC I SIMILARS (E.M.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

Iogurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) I guarnició d'amanida

Iogurt natural sense sucre

ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

Iogurt natural sense sucre

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB DAUS DE
L'HORT

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps
(SENSE PELL)

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

Iogurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps
(SENSE PELL)

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps
(SENSE PELL)

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGÍNIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps
(SENSE PELL)

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps
(SENSE PELL)

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps
(SENSE PELL)

PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps
(SENSE PELL)

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps
(SENSE PELL)

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps
(SENSE PELL)

ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

TRUITA DE FORMATGE
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps
(SENSE PELL)

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÓS

Fruita del temps
(SENSE PELL)

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps
(SENSE PELL)

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE
POLLASTRE I
FORMATGE

Fruita del temps
(SENSE PELL)

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, cebra)

Fruita del temps
(SENSE PELL)

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps
(SENSE PELL)

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **PA ESPECIAL (s/fruites secs)**, exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, mairès, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE LACTOSA
(P.R.) (S.R.) (A.J.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

logurt natural sense
LACTOSA

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) i guarnició d'amanida

logurt natural sense
LACTOSA

ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

logurt natural sense
LACTOSA

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES DE
L'HORT

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA A LA
FRANCESA amb
tomàquet i cogombre

logurt natural sense
LACTOSA

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGINIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA
(S/FORMATGE)

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURETES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA
TEXTURITZADA I
S/FORMATGE

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **PA ESPECIAL (s/làctics)**, exclusivament. Es serveix **LOGURT NATURAL SENSE LACTOSA**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: **Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, maires, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

SENSE LACTOSA + SOJA
(G.P.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

logurt natural sense
LACTOSA

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÒS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) i guarnició d'amanida

logurt natural sense
LACTOSA

ARRÒS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

logurt natural sense
LACTOSA

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES DE
L'HORT

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA A LA
FRANCESA amb
tomàquet i cogombre

logurt natural sense
LACTOSA

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÒS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGINIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

PASTA BLANCA AMB
SALSA DE TOMÀQUET
(S/FORMATGE)

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÒS INTEGRAL AMB
VERDURETES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÒS

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
arròs

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA BLANCA AMB
BOLONYESA DE
POLLASTRE I
S/FORMATGE

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les fruites són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix PA ESPECIAL (s/làctics, s/soja), exclusivament. Es serveix IOGURT NATURAL SENSE LACTOSA.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, mairès, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE OU CRU (C.R.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

logurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) i guarnició d'amanida

logurt natural sense sucre

**ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET**

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

logurt natural sense sucre

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB DAUS DE
L'HORT

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

logurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGÍNIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

**PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA**

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

**ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURES DE
L'HORT** (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
AMB CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

**PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA
TEXTURITZADA I
FORMATGE**

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **pa integral** 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix **iogurt natural** i **sense sucre**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza **sal iodada** per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: **Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, maires, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE FRUITS SECS +
OU CRU (S.R.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

logurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) i guarnició d'amanida

logurt natural sense sucre

ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

logurt natural sense sucre

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB DAUS DE
L'HORT

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

logurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGÍNIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÓS

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE
POLLASTRE I
FORMATGE

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **PA ESPECIAL (sfruits secs)**, exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, maires, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

TRITURAT (J.A.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

CREMA DE PATATES
ESTOFADES AMB
VERDURES
AMB TROSSETS DE
SALMÓ

Iogurt natural sense sucre

FESTIU

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Iogurt natural sense sucre

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS DE BACALLÀ
AL FORN

Iogurt natural sense sucre

DIMARTS

CREMA DE CIGRONS
ESTOFATS AMB
VERDURES DE
L'HORT AMB TROSSETS
DE HAMBURGUESA
MIXTA AL FORN

Fruita triturada del temps

CREMA DE LLENTIES
ESTOFADES AMB DAUS
DE CARBASSA
AMB TROSSETS D'OU
DUR

Iogurt natural sense
sucre

CREMA D'ESPINACS
AMB PATATA
AMB TROSSETS DE
DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS

Fruita triturada del temps

CREMA DE CIGRONS
ESTOFATS AMB BLEDES
AMB TROSSETS D'OU
DUR

Fruita triturada del temps

DIMECRES

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Fruita triturada del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE AL FORN

Fruita triturada del
temps

CREMA DE MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA AMB
TROSSETS DE LLUÇ AL
FORN

Fruita triturada del temps

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE ROSTIT

Fruita triturada del temps

DIJOUS

CREMA DE MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Fruita triturada del
temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata) AMB TROSSETS
DE DAUS D'AU AL FORN

Fruita triturada del temps

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS DE
LLUÇ AL FORN

Fruita triturada del
temps

CREMA DE LLENTIES
ESTOFADES AMB MILL
AMB TROSSETS D'OU
DUR

Fruita triturada del
temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
AMB TROSSETS DE
BOTIFARRA DE PORC AL
FORN

Fruita triturada del temps

DIVENDRES

CREMA DE MONGETA
TENDRA AMB PATATA
AMB TROSSETS DE
POLLASTRE AL FORN

Fruita triturada del
temps

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Fruita triturada del temps

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
POLLASTRE A LA
PLANXA

Fruita triturada del
temps

TRIA EL MENÚ
SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE AL FORN

Fruita triturada del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga.

Es serveix **pa integral** 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, mairès, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

TRITURAT + SENSE PEIX
(N.B.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

CREMA DE PATATES
ESTOFADES AMB
VERDURES
AMB TROSSETS D'OU
DUR

Iogurt natural sense sucre

FESTIU

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Iogurt natural sense sucre

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE AL FORN

Iogurt natural sense sucre

DIMARTS

CREMA DE CIGRONS
ESTOFATS AMB
VERDURES DE
L'HORT AMB TROSSETS
DE HAMBURGUESA
MIXTA AL FORN

Fruita triturada del temps

CREMA DE LLENTIES
ESTOFADES AMB DAUS
DE CARBASSA
AMB TROSSETS D'OU
DUR

Iogurt natural sense
sucre

CREMA D'ESPINACS
AMB PATATA
AMB TROSSETS DE
DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS

Fruita triturada del temps

CREMA DE CIGRONS
ESTOFATS AMB BLEDES
AMB TROSSETS D'OU
DUR

Fruita triturada del temps

DIMECRES

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Fruita triturada del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE AL FORN

Fruita triturada del
temps

CREMA DE MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE AL FORN

Fruita triturada del temps

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE ROSTIT

Fruita triturada del temps

DIJOUS

CREMA DE MONGETES
BLANQUES A LA
RIOJANA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Fruita triturada del
temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata) AMB TROSSETS
DE DAUS D'AU AL FORN

Fruita triturada del temps

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Fruita triturada del
temps

CREMA DE LLENTIES
ESTOFADES AMB MILL
AMB TROSSETS D'OU
DUR

Fruita triturada del
temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
AMB TROSSETS DE
BOTIFARRA DE PORC AL
FORN

Fruita triturada del temps

DIVENDRES

CREMA DE MONGETA
TENDRA AMB PATATA
AMB TROSSETS DE
POLLASTRE AL FORN

Fruita triturada del
temps

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS D'OU DUR

Fruita triturada del temps

SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE A LA
PLANXA

Fruita triturada del
temps

TRIA EL MENÚ
SÈMOLA DE BLAT AMB
VERDURES DE
TEMPORADA AMB
TROSSETS DE
POLLASTRE AL FORN

Fruita triturada del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga.

Es serveix **pa integral** 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE PRODUCTE DEL MAR
+ LACTOSA (L.J.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb tomàquet amanit i
olives

logurt natural sense
LACTOSA

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÒS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) I guarnició d'amanida

logurt natural sense
LACTOSA

**ARRÒS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET**

**POLLASTRE AL FORN
AMB SALSA DE PORRO I
PASTANAGA** i amanida

logurt natural sense
LACTOSA

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES DE
L'HORT

**HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN** amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb
tomàquet i cogombre

logurt natural sense
LACTOSA

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB BLEDES

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÒS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

**TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGINIA**
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE
MONGETES BLANQUES
(olives, tomàquet, blat de
moro)

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

**PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA
(S/FORMATGE)**

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

**MONGETES
BLANQUES
ESTOFADES AMB
VERDURES**

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

**ARRÒS INTEGRAL AMB
VERDURETES DE
L'HORT** (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

Fruita del temps

**LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
S/CROSTONS**

**BOTIFARRA DE PORC AL
FORN** amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

**PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA
TEXTURITZADA I
S/FORMATGE**

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

CIGRONS A LA
CATALANA (sofregit de
tomàquet, ceba)

Fruita del temps

**TRUITA A LA
FRANCESA**
SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **PA ESPECIAL (s/làctics)**, exclusivament. Es serveix **LOGURT NATURAL SENSE LACTOSA**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza **sal iodada** per cuinar i amanir.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

SENSE MONGETES
BLANQUES + CIGRONS (M.L.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

PATATES ESTOFADES
AMB VERDURES

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

logurt natural sense sucre

FESTIU

CREMA DE VERDURES
DE TEMPORADA
(pastanaga, carbassa,
porro, patata)

ARRÓS A LA CUBANA
(salsa de tomàquet i ou
dur) i guarnició d'amanida

logurt natural sense sucre

ARRÓS INTEGRAL AMB
SALSA DE TOMÀQUET

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

logurt natural sense sucre

DIMARTS

PASTA BLANCA AMB
SALSA DE TOMÀQUET

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB DAUS DE
CARBASSA

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

logurt natural sense
sucre

ESPINACS AMB PATATA

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

BLEDES AMB PATATA

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÓS AMB SALSA DE
TOMÀQUET

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGÍNIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

TRINXAT DE PATATA I
COLIFLOR

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

EMPEDRAT DE PATATA
(olives, enciam,
cogombre)

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

PASTA INTEGRAL AMB
SALSA CREMOSA DE
CARBASSA

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA BLANCA AMB
SALSA DE TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA
(pastanaga, porro, nap,
patata)

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÓS INTEGRAL AMB
VERDURES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)

LLUÇ A LA LLIMONA AL
FORN amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRICOLOR DE
VERDURES (mongeta
tendre, pastanaga,
patata)

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

Fruita del temps

LA CASTANYADA
CREMA DE CARBASSA
AMB CROSTONS

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

PASTA INTEGRAL AMB
BOLONYESA DE SOJA
TEXTURITZADA I
FORMATGE

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

POLLASTRE AL FORN
amb salsa de tomàquet i
ceba

Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU
AMB GALETS

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **pa integral** 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix **iogurt natural** i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, mairès, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

MENÚ ESPECIAL (E.M.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB OLI

SALMÓ AMB JULIVERT
AL FORN amb tomàquet
amanit i olives

Iogurt natural sense sucre

FESTIU

ARRÒS AMB OLI

TRUITA A LA FRANCESA
I guarnició d'amanida

Iogurt natural sense sucre

ARRÒS AMB OLI

BACALLÀ AL FORN AMB
SALSA DE PORRO I
PASTANAGA i amanida

Iogurt natural sense sucre

DIMARTS

PASTA BLANCA AMB
OLI

HAMBURGUESA MIXTA
AL FORN amb
xampinyons verds

Fruita del temps

PASTA BLANCA AMB
OLI

TRUITA DE FORMATGE
amb tomàquet i
cogombre

Iogurt natural sense
sucre

PASTA BLANCA AMB
OLI

DAUS DE PORC
ESTOFATS AMB
XAMPINYONS i guarnició
d'enciam i olives

Fruita del temps

PASTA BLANCA AMB
OLI

TRUITA DE PATATA amb
enciam i tomàquet

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÒS AMB OLI

TRUITA DE PATATA,
PEBROT I ALBERGINIA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

ARRÒS AMB OLI

CONTRA CUIXA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

PASTA BLANCA AMB
OLI

LLUÇ AMB SALSA DE
TARONJA AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

PASTA BLANCA AMB
OLI

POLLASTRE ROSTIT amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

PASTA BLANCA AMB
OLI

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga

Fruita del temps

ARRÒS AMB OLI

DAUS D'AU A L'ALLET
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

ARRÒS AMB OLI

LLUÇ AL FORN amb
enciam i pastanaga

Fruita del temps

ARRÒS AMB OLI

TRUITA A LA
FRANCESA amb
amanida

Fruita del temps

LA CASTANYADA
ARRÒS AMB OLI

BOTIFARRA DE PORC AL
FORN amb xips de
moniato

FANTASMES (Plàtan amb
xocolata)

DIVENDRES

ARRÒS AMB OLI

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
AMB SAMFAINA i amb
cous cous

Fruita del temps

PASTA BLANCA AMB
OLI

*PEIX BLANC AL FORN
amb amanida

Fruita del temps

PASTA BLANCA AMB
OLI

POLLASTRE A LA
PLANXA amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

TRIA EL MENÚ
PASTA BLANCA AMB
OLI

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb patates al forn

Fruita del temps

FESTIU

Les fruites són de temporada i proximitat: poma, meló, mandarina, taronja, pera, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix pa integral 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix iogurt natural i sense sucre.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, bacallà, seitons, carboner, eglefi, gallineta, halibut, lluç, maïres, potón, sípia, calamar, llimanda, salmó.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

MENÚ ESPECIAL (E.M.)

Octubre

DEL 1 AL 2
D'OCTUBRE

DEL 5 AL 9
D'OCTUBRE

DEL 12 AL 16
D'OCTUBRE

DEL 19 AL 23
D'OCTUBRE

DEL 26 AL 30
D'OCTUBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
iogurt natural sense sucre

FESTIU

ARRÒS AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
iogurt natural sense sucre

ARRÒS AMB OLI
POLLASTRE AL FORN
iogurt natural sense sucre

DIMARTS

PASTA BLANCA AMB OLI
HAMBURGUESA MIXTA AL FORN
Fruita del temps

PASTA BLANCA AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
iogurt natural sense sucre

PASTA BLANCA AMB OLI
DAUS DE PORC AL FORN
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

PASTA BLANCA AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

DIMECRES

ARRÒS AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

ARRÒS AMB OLI
CONTRA CUIXA DE POLLASTRE AL FORN
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

PASTA BLANCA AMB OLI
POLLASTRE AL FORN
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

PASTA BLANCA AMB OLI
POLLASTRE AL FORN
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

DIJOUS

PASTA BLANCA AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

ARRÒS AMB OLI
DAUS D'AU AL FORN
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

ARRÒS AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

ARRÒS AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

LA CASTANYADA
ARRÒS AMB OLI
BOTIFARRA DE PORC AL FORN
FANTASMES (Plàtan amb xocolata)

DIVENDRES

ARRÒS AMB OLI
CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

PASTA BLANCA AMB OLI
TRUITA A LA FRANCESA
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

SOPA DE BROU DE VERDURES AMB PASTA
POLLASTRE A LA PLANXA
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

TRIA EL MENÚ
SOPA DE BROU D'AU AMB GALETS
POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb patates al forn
Fruita del temps (Poma, meló, plàtan)

FESTIU

Les **fruites** són de temporada i proximitat: **poma, meló, plàtan/banana**.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: Xampinyons, bolets, carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, carbassa, moniato, naps, cols de Brussel·les, porro, api, alls, bledes, espinacs, col, coliflor, bròquil, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Es serveix **pa integral** 2 cops/setmana, exclusivament. Es serveix **iogurt natural i sense sucre**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Es cuina amb oli de girasol altooleic i s'amaneix amb oli d'oliva. S'utilitza **sal iodada** per cuinar i amanir.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat

