

Gener 2021

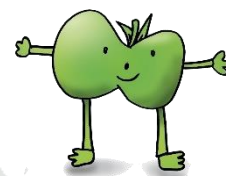
Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
4	5	6	7	8
<p>L'equip d'AUSOLAN us desitja un bon any 2021</p> 				
<p>11 Macarrons ECO amb sofregit casolà Croquetes de carn d'olla amb amanida logurt La Fageda</p>	<p>12 Amanida Caprese (tomàquet, tonyina, olives negres, alfàbrega) Llenties ECO estofades amb arròs del Delta Fruita del temps</p>	<p>13 Sopa de brou casolà amb pistons Truita de patata i ceba amb amanida logurt La Fageda</p>	<p>14 Arròs amb sofregit de tomàquet natural Pollastre al forn amb moniato Fruita del temps</p>	<p>15 Bròquil amb patata Fricandó de vedella ECOLOGICA amb xampinyons frescos Fruita del temps</p>
<p>18 Sopa de brou casolà amb galets Calamars a l'andalusa casolans amb amanida Fruita del temps</p>	<p>19 Amanida verda amb embotit casolà de Vic Cigrons ECO estofats amb verdures logurt La Fageda</p>	<p>20 Paella amb verdures fresques Cassoleta de peix (lluç, gambes i calamars) Fruita del temps</p>	<p>21 Crema de pastanaga, patata i ceba Llonganissa de Taradell amb amanida logurt La Fageda</p>	<p>22 Espaguetis integrals a la napolitana Brotxetes de pollastre amb amanida d'escarola Fruita del temps ECO</p>
<p>25 Espirals ECO gratinats al forn Bacallà al forn amb amanida Flam de vainilla La Fageda</p>	<p>26 Amanida complerta amb formatge fresc i poma Llenties ECO estofades amb arròs del Delta Fruita del temps</p>	<p>27 Mongeta verda ECO amb patata del Segre Pit de pollastre arrebossat casolà amb amanida logurt La Fageda</p>	<p>28 Puré de carbassa i moniato Salmó amb salsa cítrica (patata, taronja i ceba) Fruita del temps ECO</p>	<p>29 Sopa de brou casolà amb fideus Rostit de llom amb patata al caliu Fruita del temps</p>

El nostre menú està basat en una **cuina casolana i de qualitat** amb dieta mediterrània, proveïdors propers i temporalitat dels aliments.

*Les amanides complertes sempre portaran un aliment proteic.

i per equilibrar el sopar us proposem...

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
4	5	6	7	8
				Verdura Peix i arròs Lacti
11 Pasta Au i verdura Fruita del temps	12 Verdura Ou i patata Lacti	13 Amanida Vedella i verdura Fruita del temps	14 Amanida Llegum i cereal Lacti	15 Amanida Peix i patata Lacti
18 Amanida Ou i arròs Lacti	19 Verdura Au i patata Fruita del temps	20 Verdura Vedella i arròs Lacti	21 Verdura Peix i patata Fruita del temps	22 Amanida Llegum i cereal Lacti
25 Verdura Au i arròs Fruita del temps	26 Verdura Vedella i patata Lacti	27 Amanida Llegum i cereal Fruita del temps	28 Pasta Ou i amanida Lacti	29 Amanida Peix i verdura Lacti



Febrer 2021

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Tallarines ECO saltejats amb xampinyons frescos Hamburguesa vegetal amb amanida Fruita del temps	2 Amanida de tomàquet Raf , tonyina, ceba i cogombre de pagès Cigrons ECO estofats amb aroma de xoriço logurt La Fageda	3 Sopa de brou casolà amb pistons Aletes de pollastre amb patates fregides Fruita del temps	4 Arròs amb sofregit de tomàquet natural Filet de lluç a la basca (pèsols, julivert, ou dur) logurt La Fageda	5 Puré de verdures de temporada ECO amb crostons de pa Estofat de vedella a la jardineria Fruita del temps ECO
8 Amanida verda amb embotit casolà de Vic Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	9 Mongeta verda ECO amb patata del Segre Calamars a la andalusa casolans amb amanida Fruita del temps	10 Macarrons ECO amb sofregit casolà Cuixetes de pollastre amb amanida Fruita del temps ECO	11 Dijous gras Escudella Barrejada (cigrons, galets) Truita de llonganissa amb tomàquet al forn Crema de xocolata La Fageda	12 Carnestoltes Arròs amb tomàquet Pizza casolana de pernil dolç, mozzarella i orenga Fruita del temps
15 Coliflor amb beixamel Mandonguilles 100% de vedella amb salsa de tomàquet casolana Fruita del temps	16 Cigrons ECO estofats amb verdures del Segre Pit de pollastre a la planxa amb amanida logurt La Fageda	17 Espaguetis ECO a la carbonara (amb bacó) Lluç al forn amb ceba i pebrot verd Fruita del temps ECO	18 Sopa de brou casolà amb estrelletes Rostit de llom al forn amb amanida logurt La Fageda	19 FESTA
22 FESTA	23 Arròs de muntanya (costella de porc i pollastre) Bacallà arrebossat amb samfaina casolana logurt La Fageda	24 Sopa de brou casolà amb fideus Pollastre al forn amb moniato i patata Fruita del temps	25 Amanida completa amb cogombre, tomàquet, olives i tonyina Llenties ECO estofades amb arròs del Delta logurt La Fageda	26 Espirals ECO a la napolitana gratinats Maires arrebossades casolanes amb amanida Fruita del temps ECO

El nostre menú està basat en una **cuina casolana i de qualitat** amb dieta mediterrània, proveïdors propers i temporalitat dels aliments.

*Les amanides completes sempre portaran un aliment proteic.

i per equilibrar el sopar us proposem...

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Amanida Peix i patata Lacti	2 Verdura Au i patata Fruita del temps	3 Arròs Porc i amanida Lacti	4 Verdura Ou i patata Fruita del temps	5 Pasta Peix i amanida Lacti
8 Verdura Porc i patata Fruita del temps	9 Pasta Ou i amanida Lacti	10 Pasta Vedella i amanida Lacti	11 Amanida Peix i patata Fruita del temps	12 Verdura Ou i patata Lacti
15 Arròs Ou i amanida Lacti	16 Amanida Peix i verdura Fruita del temps	17 Verdura Au i patata Lacti	18 Pasta Peix i amanida Fruita del temps	19
20	21 Verdura Porc i patata Fruita del temps	22 Pasta Ou i amanida Lacti	23 Verdura Peix i arròs Fruita del temps	24 Verdura Au i patata Lacti