



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		<p>Macarrons a la napolitana vegetal 12</p> <p>Croquetes d'au</p> <p>Amanida Fruita</p>	<p>Llenties estofades amb verduretes 13</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>Amanida amb tonyina Fruita</p>	<p>Amanida d'estiu amb patates 14</p> <p>Salsitxes a la planxa amb allada</p> <p>Amanida Fruita</p>
<p>Crema de carbassa amb pastanaga 17</p> <p>Mandonguilles de vedella rostides amb xampinyons</p> <p>Amanida logurt </p>	<p>Espagueti a la bolonyesa vegetal 18</p> <p>Abadejo al forn amb verduretes</p> <p>Amanida Fruita</p>	<p>Arròs amb salsa de tomàquet 19</p> <p>Llom al forn amb porros</p> <p>Amanida Fruita</p>	<p> Empedrat 20</p> <p>Bacallà arrebossat amb all i julivert</p> <p>Tomàquet provençal Fruita</p>	<p>Sopa d'au 21</p> <p>Truita de patates amb formatge tendre</p> <p>Amanida amb tonyina Fruita</p>
<p>Amanida d'estiu amb pasta de colors 24</p> <p>Filet de Abadejo a la planxa</p> <p> Amanida logurt</p>	<p>Arròs tres delícies 25</p> <p>Carn Magra de porc al forn amb tomàquet</p> <p>Amanida Fruita</p>	<p>Cigrons estofats amb verduretes 26</p> <p>Our dur amb beixamel</p> <p>Tomàquet provençal Fruita</p>	<p>Mongeta tendre rodona amb patates 27</p> <p>Gallineta al forn amb all i julivert</p> <p>Amanida Fruita</p>	<p>Sopa de rap 28</p> <p>Pollastre "al ajillo"</p> <p> Amanida Gelat</p>



PA INTEGRAL 4 COPS A LA SETMANA

AMANIDES

(Pastanaga, enciam, blat de moro, soja, remolatxa i olives segons el dia)

*** Afegim Tonyina 1 cop a la setmana per compensar l'OMEGA-3**

TÈCNICA CULINÀRIA

- * A la cassola: Sofregit de verdura, tomàquet
- * Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba
- * Salsa de Verduretes: Ceba, pebrot vermell i verd, tomàquet, pastanaga, porro i alls tendres
- * Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot
- * Salsa carbonara: Llet, ceba, maicena, nou moscada

FRUITA DE TEMPORADA (SM)

VAPOR: Els plats de verdures i hortalisses que s'ofereixen a la Cuina Central en servei de càtering, s'elaboren al vapor així mantenint totes les seves propietats

*** A la web trobaran les recomentaciones dels sopars**

DIETES SETMANALS				
Sopa d'arròs Pit de pollastre planxa logurt natural	Patata amb pastanaga Lluç a la planxa Codony	Sopa de peix Truita a la francesa Poma	Pasta bullida amb oli i sal Peix a la planxa Plàtan madur	Sopa d'au amb arròs Pit de Gall d'Indi planxa logurt natural