

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Fideus a la cassola Lluç al forn amb pastanaga Amanida Fruita	Crema de carbassó Pit de pollastre al forn Amanida amb tonyina Fruita	Cigrons estofats amb verdures Ou dur amb beixamel Amanida logurt Natural	FESTA	FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ
Macarrons amb salsa bolonyesa vegetal Bacallà arrebossat amb all i julivert Amanida Fruita	Mongetes estofades Truit a la francesa Amanida Fruita	Paella de verdures Abadejo al forn amb porro Amanida logurt Natural	Mongeta tendra rodona amb patates Botifarra de pollastre amb ceba Tomàquet provençal Fruita	MENÚ DE NADAL Sopa de Nadal Canelons Amanida Neules i torrons
Arròs amb salsa de tomàquet Cuetes de rap amb salsa verda Amanida Fruita	MENÚ D'HIVERN Crema de carbassa Vedella rostida amb xampinyons Amanida Fruita	Llenties amb verduretes Remenat d'ous amb all i julivert Amanida amb tonyina logurt Natural	Sopa d'au Filet de lluç amb ceba Amanida Fruita	Pizzas Casolanes Nugets Patates Xips Fruita
VACANCES de NADAL				
DIETES SETMANALS				
Sopa d'arròs Pit de pollastre planxa logurt natural	Patata amb pastanaga Lluç a la planxa Codony	Sopa de peix Truit 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

4 DIES PA INTEGRAL

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