

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		FESTIU	Arròs amb verdures al forn Truita amb formatge Amanida Fruita	
Crema de porro Truita a la francesa Amanida logurt Natural "La Fageda"	Arròs tres delícies sense pernil Palometa amb tomàquet Amanida amb tonyina Fruita	Sopa de peix amb fideus Croquetes de bacallà Amanida Fruita	Cigrons estofats amb hortalisses Truita a la francesa Amanida provençal Fruita	
Espaguetis a la bolonyesa vegetal Mossets de rosada Amanida logurt Natural "La Fageda"	Mongeta tendra perona amb patata Lluç amb bolets Amanida Fruita	Llenties estofades amb verdures Truita amb carbassó Amanida Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet Abadejo amb salsa de verdures Amanida amb tonyina Fruita	
Fideus a la cassola Bacallà amb all i julivert Amanida logurt Natural "La Fageda"	Crema de carbassó Truita amb formatge Amanida Fruita	Paella de verdures Lluç amb samfaina Amanida amb tonyina Fruita	Mongetes estofades amb verdures Ou dur amb beixamel Amanida Fruita	
Macarrons amb salsa napolitana Filet de lluç al forn Amanida logurt Natural "La Fageda"	Cigrons estofats amb verdures Truita de patates Amanida amb tonyina Fruita	Mongeta tendra rodona amb patates Caçó al forn Amanida Fruita	Sopa de peix amb maravella Truita de carbassó Amanida Fruita	

DIETES SETMANALS				
Sopa d'arròs Palometa 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 de peix amb arròs Abadejo planxa logurt natural


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 Verdures: Ceba, pebrot vermell i verd, tomàquet,
- * Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot

*** 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 recomendacions dels sopars