



| Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres |
|--|---|---|---|--|
| | | FESTIU | Arròs amb verdures al forn ² Truita amb formatge Amanida Fruita | Espirals amb salsa de verdures ³ Caçó al forn amb ceba Amanida amb tonyina Fruita |
| Crema de porro ⁶ Truita a la francesa Amanida logurt Natural "La Fageda" | Arròs tres delícies sense pernil ⁷ Palometa amb tomàquet Amanida amb tonyina Fruita | Sopa d'au amb fideus ⁸ Pollastre "al ajillo" Amanida Fruita | Cigrons estofats amb hortalisses ⁹ Remenat d'ou amb xampinyons Amanida provençal Fruita | Fideuà al forn ¹⁰ Lluç a la planxa Amanida Fruita |
| Espaguetis a la bolonyesa vegetal ¹³ Mossets de rosada Amanida logurt Natural "La Fageda" | Mongeta tendra perona amb patata ¹⁴ Vedella rostida amb bolets Amanida Fruita | Llenties estofades amb verdures ¹⁵ Truita amb carbassó Amanida Fruita | Arròs amb salsa de tomàquet ¹⁶ Abadejo amb salsa de verdures Amanida amb tonyina Fruita | Sopa d'au amb pistons ¹⁷ Pernilets de pollastre rostit amb fines herbes Amanida Fruita |
| Fideus a la cassola ²⁰ Bacallà amb all i julivert Amanida logurt Natural "La Fageda" | Crema de carbassó ²¹ Truita amb formatge Amanida Fruita | Paella de verdures ²² Lluç amb samfaina Amanida amb tonyina Fruita | Mongetes estofades amb verdures ²³ Ou dur amb beixamel Amanida Fruita | Sopa de rap amb estrelletes ²⁴ Pollastre estofat amb verdures Amanida Fruita |
| Macarrons amb salsa napolitana ²⁷ Filet de lluç al forn Amanida logurt Natural "La Fageda" | Cigrons estofats amb verdures ²⁸ Truita de patates Amanida amb tonyina Fruita | Mongeta tendra rodona amb patates ²⁹ Caçó al forn Amanida Fruita | Sopa d'au amb maravella ³⁰ Pit de pollastre al forn Amanida Fruita | Arròs amb salsa de tomàquet ³¹ Palometa al forn amb all i julivert Amanida Fruita |

**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

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 |
|---|--|--|---|--|