

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Sopa de peix amb pistons 3 Truita francesa Amanida logurt Natural	Arròs amb verdures al forn 4 Perca al forn amb salsa de tomàquet Amanida Fruita de temporada	Pasta amb salsa de verdures 5 Botifarra al forn Amanida Fruita de temporada	Mongeta tendra rodona amb patates 6 Pollastre "al ajillo" Amanida Fruita de temporada	7
Espaguetis a la bolonyesa vegetal 10 Mossets de rosada Amanida logurt Natural	Llenties estofades amb arròs i verdures 11 Truita francesa Amanida amb tonyina Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet 12 Filet de lluç a la planxa Amanida Fruita de temporada	Sopa d'au amb galets 13 Cuixes de pollastre al forn amb salsa verdures Amanida Fruita de temporada	14
Llenties estofades amb hortalisses 17 Truita de formatge Amanida logurt Natural	Arròs cassolà amb verdures 18 Medalló de lluç al forn amb ceba Amanida Fruita de temporada	Mongeta tendra perona amb patates 19 Pollastre arrebossat Amanida amb tonyina Fruita de temporada	Espirals amb salsa de tomàquet 20 Mossets de Rosada Amanida Fruita de temporada	21
FESTA LLIURE DISPOSICIÓ 24	Cigrons estofats amb verdures 25 Ou dur amb beixamel Amanida logurt	Crema de carbassó 26 Estofat de gall dindi Amanida Fruita de temporada	Arròs tres delícies sense pernil 27 Bacallà amb salsa de tomàquet Tomàquet a la provençal Fruita de temporada	28



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, pastanaga, porro i alls tendres
- * Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot

* FRUITA DE TEMPORADA

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

A la web trobaran les recomentaciones dels sopars

DIETES SETMANALS				
Sopa de peix 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

Estem treballant conjuntament amb la Consultoria Nutricional Cesnut per oferir-vos la màxima qualitat dietètica dels nostres menús. Per a qualsevol dubte a prop del nostre menú contacti amb el nostre equip de dietistes - nutricionistes a: info@cesnut.com o directament amb la direcció del centre. Menú validat per Dietistes

nutricionistes col·legiades: CAT N°0681