

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Sopa de peix amb pistons 3 Truita francesa Amanida logurt de soja	Arròs amb verdures al forn 4 Lluç al forn amb salsa de tomàquet Amanida Fruita de temporada	Pasta amb salsa de verduretes 5 Botifarra de pollastre al forn Amanida Fruita de temporada	Mongeta tendra rodona amb patates 6 Pollastre "al ajillo" Amanida Fruita de temporada	Cigrons estofats 7 Lluç amb salsa verda Amanida Fruita de temporada
Espaguetis a la bolonyesa vegetal 10 Lluç al forn amb salsa verda Amanida logurt de soja	Llenties estofades amb arròs i verdures 11 Rostit de porc amb pomes Amanida 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	Mongetes estofades 14 Truita de patates Amanida Fruita de temporada
Llenties estofades amb hortalisses 17 Truita de patata Amanida logurt de soja	Arròs cassolà amb verduretes 18 Medalló de lluç al forn amb ceba Amanida Fruita de temporada	Mongeta tendra perona amb patates 19 Pollastre arrebossat Amanida Fruita de temporada	Espirals amb salsa de tomàquet 20 Lluç al forn amb verduretes Amanida Fruita de temporada	Crema de carbassa 21 Gall d'indi a la planxa Amanida amb tonyina Fruita de temporada
FESTA LLIURE DISPOSICIÓ 24	Llenties estofats amb verdures 25 Ou dur amb tomàquet Amanida logurt de soja	Crema de carbassó 26 Estofat de gall dindi Amanida Fruita de temporada	Macarrons a la napolitana vegetal 27 Lluç a la llimona amb daus de pastanaga Amanida Fruita de temporada	Cigrons estofats 28 Daus de porc rostit amb verduretes Amanida Fruita de temporada



PA INTEGRAL

AMANIDES

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

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

* FRUITA DE TEMPORADA

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 recomanacions dels sopars

DIETES SETMANALS				
Sopa d'arròs Pit de pollastre planxa logurt de soja	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 de soja

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