



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú com la pasta ...són sense ou				
Macarrons a la napolitana 14 Peix al forn Amanida logurt de soja	Llenties estofades amb hortalisses i arròs 15 Pernilets de pollastre Amanida Fruita	Mongeta tedra perona amb patates 16 Llom a la planxa Amanida amb tonyina Fruita	Sopa d'au amb pistons 17 Pit de pollastre a la planxa Amanida Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet 18 Filet de lluç a la planxa Amanida provençal Fruita
Espaguetis a la bolonyesa vegetal 21 Caçò al forn amb ceba Amanida logurt de soja	Crema de porro 22 Llom rostit amb pebrots Amanida Fruita	Paella de verdures 23 Perca amb samfaina Amanida amb tonyina Fruita	Cigrons estofats amb verdures 24 Bistec de porc Amanida Fruita	Sopa de rap amb estrelletes 25 Pernilets de pollastre al forn Amanida Fruita
Crema de carbassó 28 Magra de porc estofada Amanida logurt de soja	Mongetes estofades 29 Bacallà arrebossat amb all i julivert Amanida Fruita	Sopa d'au amb fideus 30 Pit de pollastre a la planxa Amanida amb tonyina Fruita		

PA INTEGRAL

AMANIDES

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

GGH

G

* 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 Verdurettes: 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 recomentaciones dels sopars

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