



PA INTEGRAL

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>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</p>			<p>1 Arròs amb verdures al forn</p> <p>Tofu a la planxa Amanida Fruita de temporada</p>	<p>2</p>
<p>5 Sopa de verdures amb galets Mongetes saltejades amb verdures Amanida logurt de soja</p>	<p>6 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL Amanida completa vegetal Lentilles estofades amb arròs i hortalisses Fruita de temporada</p>	<p>7 Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa de tofu a la planxa Amanida Fruita de temporada</p>	<p>8 Minestra de verdures Cigrons estofats amb hortalisses Amanida Fruita de temporada</p>	<p>9</p>
<p>12 <u>FESTIU</u></p>	<p>13 Paella de verdures Salsitxes de tofu a la planxa Amanida Fruita de temporada</p>	<p>14 Verdures saltejades Lentilles estofades amb hortalisses Amanida Fruita de temporada</p>	<p>15 Macarrons amb salsa de tomàquet Cigrons estofats amb verdures Amanida Fruita de temporada</p>	<p>16</p>
<p>19 Espirals a la bolonyesa vegetal Hamburguesa de tofu a la planxa Amanida logurt de soja</p>	<p>20 Crema amb carbassa Mongetes saltejades amb hortalisses Amanida Fruita de temporada</p>	<p>21 Arròs amb verdures Salsitxes de tofu a la planxa Amanida Fruita de temporada</p>	<p>22 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL Amanida completa vegetal Cigrons estofats amb verdures i patata Fruita de temporada</p>	<p>23</p>
<p>26 Fideus a la cassola Salsitxes de tofu a la planxa Amanida logurt de soja</p>	<p>27 Minestra de verdures Lentilles estofades amb hortalisses Amanida Fruita de temporada</p>	<p>28 Sopa de verdura amb pistons Cigrons saltejats amb hortalisses Amanida Fruita de temporada</p>	<p>29 Mongeta perona amb patates Tofu a la planxa Amanida Fruita de temporada</p>	<p>30</p>

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 Verdurettes: Ceba, pebrot vermell i verd, tomàquet, pastanaga, porro i alls tendres
- * Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot

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