



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Arròs amb salsa de tomàquet Peix a la planxa amb ceba caramelitzada Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	2 Llenties estofades Ous durs amb beixamel Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	3 Fideuà de peix Filet de Lluç al forn amb all i julivert Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 Sopa de peix amb galets Truita de carbassó Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada
7 Mongeta tendre rodona amb patates i amb oli d'all Medalló de bacallà Amanida amb enciam i pastanaga logurt Natural	8 Cigrons estofats Peix rostit amb xampinyons Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	9 Espaguetis bolonyesa amb soja texturitzada Truita a la francesa Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	10 Mongetes estofades Truita de patates Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Arròs tres delícies Peix al forn amb salsa de verdures Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
14 Amanida Rusa Estofat de peix amb verduretes Amanida amb enciam i blat de moro logurt Natural	15 Macarrons a la napolitana Maira enfarinada casolana Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	16 Llenties Col·legial Truita a la francesa Tomàquet provençal Fruita de temporada	17 Paella de l'hort Peix rostit amb pomes Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	18 Sopa de peix amb pistons Truita amb carbassó Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
21 Macarrons amb tomàquet i orenga Filet de Lluç al forn Amanida amb tonyina logurt Natural	22 Sopa d'au Mossets de rosada Xips Gelats/Fruita de temporada	23 Perona tendre i patates amb oli d'all Truita a la francesa Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	24 <b>FESTIU DE SANT JOAN</b>	25 Arròs amb salsa de tomàquet Truita amb carbassó Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
28 Crema de verdures amb crostons Truita a la francesa Amanida amb enciam i soja logurt Natural	29 Amanida de patates d'estiu Rodanxa de lluç al forn amb all i julivert Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	30 Llenties col·legials Peix arrebossat casolà Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	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 servei. Menú validat per Dietistes nutricionistes col·legiades: CAT N°0681	
DIETES SETMANALS				
Sopa de peix d'arròs Peix a la 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 de peix amb arròs Truita de carbassó logurt natural



## PA INTEGRAL

Tots els làctics són de "La Fageda"

## TÈCNICA CULINÀRIA

- \* Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba
- \* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomàquet, pastanaga, orenga i pebrot
- \* Salsa Carbonara: Ceba, crema de llet, nata.
- \* Colegial: amb hortalisses

**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

## \* FRUITA DE TEMPORADA (SM)

A la web trobaran les recomanacions dels sopars