

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>3</b> Macarrons a la carbonara Medalló de bacallà a la planxa amb tomàquet i ceba Amanida amb enciam i blat de moro logurt Natural	<b>4</b> Llenties estofades Truita de patates Tomàquet provençal Fruita de temporada	<b>5</b> Tendre rodona amb patates Hamburguesa d'Hummus i pastanaga a la planxa Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	<b>6</b> Paella de verdures Llom adobat a la planxa Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	<b>7</b> Sopa d'au amb Galets (sense gluten) Pollastre al forn amb verdures asades Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
<b>10</b> Arròs amb salsa de tomàquet Rodanxa de Lluç al forn amb salsa verda Amanida amb enciam i tonyina logurt Natural	<b>11</b> Crema de verdures amb crostons (sense gluten) Pit de pollastre a la planxa Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	<b>12</b> Mongetes estofades Truita a la francesa Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	<b>13</b> Sopa de rap amb pistons (sense gluten) Mandonguilles a la jardinera Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	<b>14</b> Espagueti a la napolitana Maira enfarinada casolana (sense gluten) Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
<b>17</b> Llenties col·legials Peix al forn Amanida amb enciam i pastanaga logurt Natural	<b>18</b> Puré de Carbassa Vedella rostida a la Cassola Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	<b>19</b> Cigrons Estofats Truita amb carbassó Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	<b>20</b> Arròs caldós de marisc (sense gluten) Filet de Lluç a la planxa Amanida amb tonyina Fruita de temporada	<b>21</b> <b>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</b>
<b>24</b> <b>FESTA</b>	<b>25</b> <b>MENU VEGGIE</b> Llenties estofades Truita a la francesa Tomàquet provençal Fruita de temporada	<b>26</b> Perona tendre i patates amb oli d'all Rostit de porc amb pomes Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	<b>27</b> Sopa d'au amb galets (sense gluten) Truita amb patates Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	<b>28</b> Arròs tres delícies Medalló de lluç a la planxa amb ceba caramelitzada Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
<b>31</b> Broquil amb patates Estofat de Gall dindi Amanida amb enciam i remolatxa 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 servei. Menú validat per Dietistes nutricionistes col·legiades: CAT N°0681			
<b>Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, farines, pa ratllat, pasta...són sense gluten</b>				
<b>DIETES SETMANALS</b>				
Sopa 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 d'au amb arròs Pit de Gall d'Indi planxa logurt natural



**PA SENSE GLUTEN**

Tots els làctics son de "La Fageda"

### TÈCNICA CULINÀRIA

\* Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba  
 \* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, 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**