



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3 Macarrons a la carbonara Medalló de bacallà a la planxa amb tomàquet i ceba Amanida amb enciam i blat de moro logurt Natural	4 Llenties estofades Truita de patates Tomàquet provençal Fruita de temporada	5 Tendre rodona amb patates Filet de Lluç a la planxa Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	6 Paella de verdures Truita a la francesa Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	7 Sopa de peix amb Galets Peix al forn amb verdures asades Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
10 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de Lluç al forn amb salsa verda Amanida amb enciam i tonyina logurt Natural	11 Crema de verdures amb crostons Truita amb formatge Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	12 Mongetes estofades Truita a la francesa Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	13 Sopa de rap amb pistons Peix a la jardineria Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	14 Espagueti a la napolitana Maira enfarinada casolana Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
17 Llenties col·legials (amb verdures) Mossets de rosada Amanida amb enciam i pastanaga logurt Natural	18 Puré de Carbassa Truita a la francesa Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	19 Cigrons Estofats Truita amb carbassó Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	20-21 <b>FESTA LOCAL</b> / <b>FESTA LLIURE DISPOSICIÓ</b>	
24 Espirals de colors amb carbassó i formatge Lluç a la Riojana Amanida amb tonyina logurt Natural	25 Llenties estofades Peix a la planxa Tomàquet provençal Fruita de temporada	26 Perona tendre i patates amb oli d'all Rostit de peix amb pomes Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	27 Sopa de peix amb galets Truita amb patates Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	28 Arròs tres delícies Medalló de lluç a la planxa amb ceba caramelitzada Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
31 Broquil amb patates Peix a la planxa 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			
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 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