



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 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 de carbassó Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
21 Amanida de pasta de colors Filet de Lluç al forn Amanida amb tonyina logurt Natural	22 Pizzes Variades casolanes (de tonyina) Mossets de rosada Xips Gelats/Fruita de temporada	 <b>BONES VACANCES D'ESTIU</b> 		
<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 servei. Menú validat per Dietistes nutricionistes col·legiades: CAT N°0681</p>				
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, 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 càterin, s'elaboren al vapor així mantenint totes les seves propietats

## \* FRUITA DE TEMPORADA (SM)

A la web trobaran les recomanacions dels sopars