


Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 Arròs amb salsa de tomàquet Llom a la planxa amb ceba caramelitzada Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	2 Llenties estofades Ous durs amb tomàquet Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	3 Pizzes Variades casolanes (sense lactosa) Pit de pollastre a la planxa Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	
7 Mongeta tendre rodona amb patates i amb oli d'all Peix al forn Amanida amb enciam i pastanaga logurt Sense Lactosa	8 Cigrons estofats Vedella rostida amb xampinyons Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	9 Espaguetis bolonyesa amb soja texturitzada Pollastre a l'ajillo Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	10 Mongetes estofades Truita de patates Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	
14 Amanida Rusa (sense maionesa) Estofat de Gall dindi amb verdures Amanida amb enciam i blat de moro logurt Sense Lactosa	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 (sense lactosa) Porc rostit amb pomes Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	
21 Amanida de pasta de colors Filet de Lluç al forn Amanida amb tonyina logurt Sense Lactosa	22 Sopa d'au Pollastre al forn Xips Gelats/Fruita de temporada	 <p><b>BONES VACANCES D'ESTIU</b></p>		
<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>				
<p><b>Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, salses, elaboracions, ...són sense lactosa</b></p>				
<b>DIETES SETMANALS</b>				
Sopa d'arròs (sense lactosa) Pit de pollastre planxa logurt Sense Lactosa	Patata amb pastanaga Lluç a la planxa Codony	Sopa de peix (sense lactosa) Truita a la francesa Poma	Pasta bullida amb oli i sal Peix a la planxa Plàtan madur	Sopa d'au amb arròs (s/lactosa) Pit de Gall d'Indi planxa logurt Sense Lactosa



**PA INTEGRAL**

Tots els làctics són **SENSE LACTOSA**

**TÈCNICA CULINÀRIA**

- \* Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba
- \* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomàquet, pastanaga, orenga i pebrot
- \* Salsa Carbonara: Ceba, crema de llet, nata (**sense lactosa**).
- \*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**