



| 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 verdures 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 Crema de porros 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 olives 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 de carbassó Amanida amb enciam i olives 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 |  <h2>BONES VACANCES D'ESTIU</h2> | | |
| <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 càtering, s'elaboren al vapor així mantenint totes les seves propietats

*** FRUITA DE TEMPORADA (SM)**

A la web trobaran les recomanacions dels sopars