

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, salses, elaboracions, ...són sense lactosa				
4	5	6	7	8
Perona tendre amb patates amb oli d'all Lluç a la riojana Amanida amb enciam i pastanaga logurt Sense lactosa	Llenties estofades Pernilets de pollastre al forn Tomàquet provençal Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa de mixta Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Cigrons estofats Truita a la francesa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	Sopa d'au amb galets Pollastre a l'ajillo Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada
11	12	13	14	15
FESTIU	FESTIU	Espaguets amb salsa bolonyesa amb soja texturitzada Mossets de rosada Tomàquet provençal logurt Sense lactosa	Paella de verdures (s/lactosa) Peix amb tomàquet Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassa amb crostons (s/lactosa) Llom adobat a la planxa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
18	19	20	21	22
Espirals de colors amb carbassó Filet de lluç al forn amb samfaina Amanida amb enciam i soja logurt Sense lactosa	Mongetes estofades Truita de patates Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Arròs 3 delícies saltejat amb oli d'all Vedella rostida a la cassola Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Cigrons amb hortalisses Filets de maira enfarinada (s/lactosa) Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	Sopa de rap amb pistons (s/lactosa) Pernilets de pollastre al forn a les fines herbes Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
25	26	27	28	29
Macarrons a la napolitana Truita amb carbassó Amanida amb enciam i blat de moro logurt Sense lactosa	Bròquil amb patates Gall dindi estofat amb ceba i porros Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Arròs caldós a la marinera Lluç amb all i julivert Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	Llenties Col·legials Truita a la francesa Tomàquet provençal Fruita de temporada	Sopa d'au amb galets Pollastre al forn amb verdures asades Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada
<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 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, tomaquet, 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