



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1 Sopa d'au amb galets Pollastre a l'ajillo Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada
4 Perona tendre amb patates amb oli d'all Lluç a la riojana Amanida amb enciam i pastanaga logurt Natural	5 Llenties estofades Pernilets de pollastre al forn Tomàquet provençal Fruita de temporada	6 Arròs amb salsa de tomàquet Hamburguesa de pollastre Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	7 Cigrons estofats Truita a la francesa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	8 Fideuà Filet de lluç al forn amb ceba Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada
11 <b>FESTIU</b>	12 <b>FESTIU</b>	13 Espaguetis amb salsa bolonyesa amb soja texturitzada Mossets de rosada Tomàquet provençal logurt Natural	14 Paella de verdures Peix amb tomàquet Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	15 Crema de carbassa amb crostons Truita a la francesa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
18 Espirals de colors amb carbassó i formatge Filet de lluç al forn amb samfaina Amanida amb enciam i soja logurt Natural	19 Mongetes estofades Truita de patates Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	20 Arròs 3 delícies saltejat amb oli d'all Vedella rostida a la cassola Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	21 Cigrons amb hortalisses Filets de maira enfarinada Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	22 Sopa de rap amb pistons Pernilets de pollastre al forn a les fines herbes Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
25 Macarrons a la carbonara Truita amb carbassó Amanida amb enciam i blat de moro logurt Natural	26 Bròquil amb patates Gall dindi estofat amb ceba i porros Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	27 Arròs caldós a la marinera Rodanxa de Lluç amb all i julivert Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	28 Llenties estofades Croquetes d'espínacs Tomàquet provençal Fruita de temporada	29 Sopa d'au amb galets Pollastre al forn amb verdures asades Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada
Estem treballant 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 d'au amb arròs Pit de Gall d'Indi planxa 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**