



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, salses, elaboracions, ...són sense lactosa				
4 Perona tendre amb patates amb oli d'all Suprema de fogonero a la riojana (s/lactosa) Amanida amb enciam i pastanaga logurt Sense lactosa	5 Llenties estofades Pernilets de pollastre a la planxa 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
11 FESTIU	12 FESTIU	13 Espaguëtis amb salsa bolonyesa amb soja texturitzada Mossets de rosada Tomàquet provençal logurt Sense lactosa	14 Paella de verdures (s/gluten) Llom adobat a la planxa Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	15
18 Espirals de colors amb carbassó Filet de lluç al forn amb samfaina Amanida amb enciam i soja logurt Sense lactosa	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 (s/lactosa) Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	22
25 Macarrons a la napolitana Truita amb carbassó Amanida amb enciam i blat de moro logurt Sense lactosa	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 Sopa d'au amb galets Pollastre al forn amb verdures asades Amanida amb enciam i soja Galetes sense lactosa	29
<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