



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 FESTIU	2 Estofat de lleties ECOLÒGIQUES Truita amb formatge Amanida amb enciam i olives logurt Natural	3 Coliflor amb patates Peix rostit amb verdures Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	4 Cigrons estofats ECOLÒGICS Truita a la francesa Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	5 Espagueti a la bolonyesa amb soja texturitzada Lluç al forn amb llit de ceba Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
8 Crema de carbassa amb crostons Rodanxa de lluç a la planxa amb all i julivert Amanida amb enciam i olives logurt Natural	9 Mongetes estofades amb hortalisses Truita de patates Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	10 Tendre perona i patates amb oli d'all Peix al forn amb ceba Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	11 Arròs a la cassola Suprema de Fogonero al forn amb tomaquet Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	12 Sopa de peix amb galets Truita a la francesa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
15 Lleties estofades ECOLÒGIQUES Mossets de rosada Amanida amb enciam i blat de moro logurt Natural	16 MENÚ DE TARDOR Sopa de peix amb pasta ECO Peix al forn amb verdures asades Amanida Fruita i tast de moniatos	17 Estofat de cigrons ECOLÒGICS Truita amb carbassó Tomàquet provençal Fruita de temporada	18 Paella de l'hort Medalló de Lluç amb salsa de tomàquet Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	19 Mongeta tendre rodona amb patates i oli d'all Truita a la francesa Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
22 Crema de carbassó amb rostes Filet de lluç al forn amb ceba Amanida amb enciam i soja logurt Natural	23 Sopa de peix amb pistons Estofat de peix amb verdures Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	24 Estofat amb mongetes blanques Truita a la francesa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	25 MENÚ VEGGIE Espirals de colors amb carbassó i formatge Croquetes d'espínacs Tomàquet provençal Fruita de temporada	FELIÇ ANIVERSARI Arròs amb tomàquet Peix al forn amb porros Amanida amb enciam i pastanaga Pà de pessic casolà
29 Macarrons amb beixamel i formatge rallat Peix a la planxa Amanida amb enciam i blat de moro logurt Natural	30 Lleties col·legials ECOLÒGIQUES Truita amb carbassó Amanida amb enciam i tonyina 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 amb 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