

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1	2	3	4	5
FESTIU	Estofat de lleties ECOLÒGIQUES Truita amb formatge Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Coliflor amb patates Mandonguilles rostides amb verduretes Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	Cigrons estofats ECOLÒGICS Pernilets de pollastre al forn Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Espaguetis a la bolonyesa vegetal (s/gluten) Lluç al forn amb llit de ceba Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
8	9	10	11	12
Crema de carbassa amb crostons (s/gluten) Rodanxa de lluç a la planxa amb all i julivert Amanida amb enciam i pastanaga logurt natural	Mongetes estofades amb hortalisses Truita de patates Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Tendre perona i patates amb oli d'oliva Magra de porc amb ceba Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	Arròs a la cassola Suprema de fogonero al forn amb tomàquet Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Sopa d'au amb galets (s/gluten) Pernilets de pollastre rostit a les fines herbes Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
15	16	17	18	19
Estofat de lleties ECOLÒGIQUES Llom a la planxa Amanida amb enciam i blat de moro logurt natural	MENÚ DE TARDOR Escudella Catalana ECO (s/gluten) Pollastre al forn amb verdures asades Amanida Fruita i tast de moniatos	Cigrons estofats ECOLÒGICS Truita de carbassó Tomàquet provençal Fruita de temporada	Paella de l'hort Medalló de lluç amb salsa de tomàquet Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	Mongeta tendre rodona amb patates i oli d'all Hamburguesa de pollastre (s/gluten) a la planxa amb ceba caramel·litzada Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
22	23	24	25	26
Crema de carbassó amb rostes (s/gluten) Filet de lluç al forn amb ceba Amanida amb enciam i soja logurt natural	Sopa de peix amb pistons (s/gluten) Estofat de pollastre amb verduretes Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Estofat de mongetes blanques Truita a la francesa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	Espirals de colors amb carbassó i formatge (s/gluten) Pit de pollastre a la planxa Tomàquet provençal Fruita de temporada	FELIÇ ANIVERSARI! Arròs amb tomàquet Canya de llom rostida al forn amb porros Amanida amb enciam i pastanaga Galetes (s/gluten) / Fruita
29	30	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 Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, farines, pa ratllat, pasta...són sense gluten		
Macarrons amb beixamel i formatge rallat (s/gluten) Pit de pollastre a la planxa Amanida amb enciam i blat de moro logurt natural	Lleties col·legials ECOLÒGIQUES Truita amb carbassó Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada			
DIETES SETMANALS				
Sopa d'arròs (s/gluten) Peix a la planxa logurt natural	Patata amb pastanaga Lluç a la planxa Codony	Sopa de peix (s/gluten) Truita a la francesa Poma	Pasta bullida amb oli i sal Peix a la planxa Plàtan madur	Sopa d'au amb arròs (s/gluten) Pit de Gall d'Indi planxa logurt natural


PA SENSE GLUTEN

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