




Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>10</b> Macarrons a la napolitana (s/gluten) Peix al forn amb all i julivert Amanida amb enciam i blat de moro logurt natural	<b>11</b> Llenties estofades amb hortalisses Truita a la francesa Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	<b>12</b> Mongeta tendra perona amb patates Mandonguilles rostides al forn Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	<b>13</b> Cigrons estofats amb verdures i patates Filet de lluç al forn amb ceba i orenga Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada	<b>14</b> Sopa d'au amb arròs (s/gluten) Pernilets de pollastre al forn a les fines herbes Amanida amb tonyina Fruita de temporada
<b>17</b> Estofat de llenties Truita de patates Amanida amb enciam i soja logurt natural	<b>18</b> Crema de carbassó Suprema de fogonero a la Riojana (s/gluten) Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	<b>19</b> Mongetes estofades arrosseres Truita a la francesa Tomàquet provençal Fruita de temporada	<b>20</b> Fideuà de verdures (s/gluten) Pit de pollastre a la planxa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	<b>21</b> Arròs amb salsa de tomàquet Llom adobat a la planxa Amanida amb pastanaga Fruita de temporada
<b>24</b> Macarrons a la bolonyesa vegetal (s/gluten) Rodanxa de lluç a la llimona Amanida amb enciam i remolatxa logurt natural	<b>25</b> Paella de verdures Estofat de gall dindi Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	<b>26</b> Cigrons estofats amb hortalisses Truita amb formatge Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	<b>27</b> Bròquil amb patates Filets de lluç enfarinat casolà (s/gluten) Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	<b>FELIÇ ANIVERSARI 28</b> Sopa de rap amb pistons (s/gluten)  Pollastre rostit al ajillo Amanida amb enciam i blat de moro Pà de pessic casolà (s/gluten) / fruita
<b>31</b> Crema de carbassa Botifarra a la planxa (s/gluten) Amanida amb enciam i pastanaga logurt natural				
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				
<b>Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, farines, pa ratllat, pasta...són sense gluten</b>				
<b>DIETES SETMANALS</b>				
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 son 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