




Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
10 Espagueti a la napolitana Bacallà arrebossat amb all i julivert Amanida amb enciam i blat de moro logurt natural	11 Llenties estofades amb hortalisses Truita a la francesa Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	12 Mongeta tendra perona amb patates Peix al forn Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	13 Cigrons estofats amb verdures i patates Filet de lluç al forn amb ceba i orenga Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada	14 Sopa de peix amb arròs Truita amb formatge Amanida amb tonyina Fruita de temporada
17 Estofat de llenties Truita de patates Amanida amb enciam i soja logurt natural	18 Crema de carbassó Suprema de fogonero a la Riojana Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	MENU VEGGIE 19 Mongetes estofades arrosseres Croquetes d'espínacs Tomàquet provençal Fruita de temporada	20 Fideuà de verdures Truita a la francesa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	21 Arròs amb salsa de tomàquet Peix a la planxa Amanida amb pastanaga Fruita de temporada
24 FESTA LOCAL	25 Paella de verdures Estofat de peix Amanida amb enciam i soja logurt natural	26 Cigrons estofats amb hortalisses Truita amb formatge Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	27 Bròquil amb patates Filets de maira enfarinada casolana Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	FELIÇ ANIVERSARI 28  Sopa de rap amb pistons Truita a la francesa Amanida amb enciam i blat de moro Pà de peïsc casolà / fruita
31 Crema de carbassa Peix a la planxa 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				
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 de peix amb arròs Truita de carbassó logurt natural



PA INTEGRAL

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