



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		1	2	3
<p><i>Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, salses, elaboracions, ...són sense lactosa</i></p>		<p>Cigrons estofats</p> <p>Truita a la francesa</p> <p>Amanida amb enciam i tonyina</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Mongeta tendre amb patates</p> <p>Pollastre al forn a les fines herbes</p> <p>Amanida amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	
6	7	8	9	
<b>FESTA LOCAL</b>	<p>Llenties estofades amb verduretes</p> <p>Ous durs amb tomàquet</p> <p>Tomàquet provençal</p> <p>logurt natural sense lactosa</p>	<p>Crema de carbassa amb rostes</p> <p>Aletes de pollastre al forn</p> <p>Amanida amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Arros amb tomàquet</p> <p>Llom adobat a la planxa</p> <p>Amanida amb enciam i tonyina</p> <p>Fruita de temporada</p>	
13	14	15	16	
<p>Arròs tres delícies</p> <p>Rodanxa de Lluç amb salsa de tomàquet</p> <p>Amanida amb enciam i tonyina</p> <p>logurt natural sense lactosa</p>	<p>Potatge de cigrons</p> <p>Truita de carbassó</p> <p>Amanida amb enciam i remolatxa</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Patates amb bròquil (sense gratinar)</p> <p>Maira enfarinada casolana</p> <p>Amanida amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Espaguetis amb bolonyesa vegetal amb soja texturitzada</p> <p>Estofat de porc</p> <p>Amanida amb enciam i olives</p> <p>Galetes</p>	
20	21	22		
<p>Paella de l'hort</p> <p>Filet de Lluç amb all i julivert</p> <p>Amanida amb enciam i olives</p> <p>logurt natural sense lactosa</p>	<p>Macarrons napolitana</p> <p>Hamburguesa de Vedella al forn</p> <p>Amanida amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>Pizzes variades</p> <p>Bocadito de rosada</p> <p>Xips</p> <p>Fruita de temporada</p>		



## 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

### FRUITA I VERDURA ECOLÒGICA



A la web trobaran les recomanacions dels sopars

#### 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



## BONES VACANCES D'ESTIU

Estem treballant conjuntament amb la Consultoria Nutricional Cesnut per oferir-vos la màxima qualitat dietètica dels nostres menús. Per a qualsevol dubte contacti amb el nostre equip de dietistes - nutricionistes a [info@cesnut.com](mailto:info@cesnut.com) o directament amb la direcció del servei. Menú validat per Dietistes nutricionistes col·legiades: CAT N°0681