




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 ni Fruits secs</i></p>		Cigrons estofats Truita a la francesa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	Mongeta tendre amb patates Pollastre al forn a les fines herbes Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Sopa de peix Mandonguilles a la jardinera Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada
6	7	8	9	10
FESTA LOCAL	Llenties estofades amb verduretes Ous durs amb tomàquet Tomàquet provençal logurt natural sense lactosa	Crema de carbassa amb rostes Aletes de pollastre al forn Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Mongetes estofades Llom adobat a la planxa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	Arros amb tomàquet Filet de lluç al forn Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada
13	14	15	16	17
Arròs tres delícies Rodanxa de Lluç amb salsa de tomàquet Amanida amb enciam i tonyina logurt natural sense lactosa	Potatge de cigrons Truita de carbassó Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	Patates amb bròquil (sense gratinar) Maira enfarinada casolana Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Espaguetis amb bolonyesa vegetal Estofat de porc Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada	FELIÇ ANIVERSARI  Sopa d'au amb galets Pernillets de pollastre amb amanida Galetes
20	21	22		
Paella de l'hort Filet de Lluç amb all i julivert Amanida amb enciam i olives logurt natural sense lactosa	Macarrons napolitana Hamburguesa de Vedella al forn Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Pizzes variades Bocadito de rosada Xips Fruita de temporada		

**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 o directament amb la direcció del servei. Menú validat per Dietistes nutricionistes col·legiades: CAT N°0681