

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<b>2</b> Tallarines a la carbonara Filet de Lluç al forn amb salsa verda Amanida amb enciam i blat de moro logurt natural	<b>3</b> Crema de verdures variades Llom adobat a la planxa Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	<b>4</b> Mongetes arrosseres estofades Ous d'us amb beixamel Tomàquet provençal Fruita de temporada	<b>5</b> Paella de verdures Filet de Maira enfarinada casolà Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada	<b>6</b> Sopa d'au amb galets Pollastre al forn a les fines herbes Amanida amb tonyina Fruita de temporada
<b>9</b> Llenties a la riojana Mandonguilles mixtes amb salsa de tomàquet Amanida amb enciam i tonyina logurt natural	<b>10</b> Bròquil amb patates Estofat de pollastre a la jardineria Amanida amb blat de moro Fruita de temporada	<b>11</b> Espirals de colors amb carbassó i formatge Rodanxa de Lluç al forn amb ceba Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	<b>12</b> Potatge de cigrons Truita a la francesa Tomàquet provençal Fruita de temporada	<b>13</b> Arròs tres delícies Suprema de fogonero amb samfaina Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada
<b>DIA INTERNACIONAL DE LA CELIAQUIA 16</b> Arròs amb salsa de tomàquet Lluç al forn amb all i julivert Tast de pa sense gluten Amanida amb enciam i remolatxa logurt natural	<b>DIA INTERNACIONAL DEL RECICLATGE 17</b> Espaguetis amb verduretes Pernilets de pollastre al forn Tomàquet provençal Fruita de temporada	<b>18</b> Mongetes estofades Botifarra a la planxa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	<b>19</b> Crema de carbassa amb rostes Salmó a la planxa Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	<b>20</b> Cigrons estofats Truita de patates Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
<b>23</b> Llenties estofades amb arròs Llom rostit al forn amb porros i ceba Amanida amb enciam i pastanaga logurt natural	<b>24</b> Macarrons a la napolitana Filet de lluç al forn Amanida amb enciam i soja Fruita de temporada	<b>25</b> Mongeta tendre rodona amb patates Truita de carbassó Tomàquet provençal Fruita de temporada	<b>26</b> Sopa de peix amb arròs Hamburguesa de Bacallà a la planxa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	<b>27</b> Crema de carbassó Aletes de pollastre al forn adobades Amanida amb enciam i olives Pa de pessic casolà
<b>30</b> Arròs caldos de marisc Rodanxa de Lluç al forn amb tomàquet i ceba Amanida amb enciam i olives logurt natural	<b>31</b> Crema de carbassó Croquetes de pollastre Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada			



## PA INTEGRAL

Tots els làctics son de "La Fageda"

### TÈCNICA CULINÀRIA

- \* Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba
- \* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomàquet, pastanaga, orenga i pebrot
- \* Salsa Carbonara: Ceba, crema de llet

**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 I VERDURA ECOLÒGICA



\* FRUITA DE TEMPORADA(SM)

A la web trobaran les recomanacions dels sopars