

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
FIESTA DE LIBRE DISPOSICIÓN 2 Crema de verduras variadas Pollo al horno Ensalada con lechuga y zanahoria Yogurt natural	3 Judías arroceras estofadas Huevos duros con bechamel Tomate provenzal Fruta de temporada	4 Paella de verduras Filete de Maira rebozado casero Ensalada con lechuga y aceitunas Fruta de temporada	5 Sopa de pescado con galets Pollo al horno en las finas hierbas Ensalada con lechuga y atún Fruta de temporada	6 Lentejas a la riojana Albondigas de ternera con salsa de tomate Ensalada con lechuga y atún Yogurt natural
9 Brócoli con patatas Estofado de pollo a la jardinera Ensalada con maíz Fruta de temporada	10 Espirales de colores con calabacín y queso Rodaja de Merluza al horno con cebolla Ensalada con lechuga y zanahoria Fruta de temporada	11 Potaje de garbanzos Tortilla a la francesa Tomate provenzal Fruta de temporada	12 Arroz tres delicias Suprema de fogonero con samfaina Ensalada con lechuga y remolacha Fruta de temporada	13 DÍA INTERNACIONAL DE LA CELIAQUIA 16 Arroz con salsa de tomate Merluza con ajo y perejil Cata de pan sin gluten Ensalada con lechuga y remolacha Yogurt natural
DÍA INTERNACIONAL DEL RECICLAJE 17 Espaguetis con verduras Pollo al horno Tomate provenzal Fruta de temporada	18 Judías estofadas Hamburguesa de ternera Ensalada con lechuga y atún Fruta de temporada	19 Crema de calabaza con picatostes Salmón a la plancha Ensalada con lechuga y zanahoria Fruta de temporada	20 Garbanzos estofados Tortilla de patatas Ensalada con lechuga y maíz Fruta de temporada	21 Lentejas estofadas con arroz Pollo al horno con puerros y cebolla Ensalada con lechuga y zanahoria Yogurt natural
23 Macarrones en la napolitana Filete de Merluza al horno Amanida amb enciam i soja Fruta de temporada	24 Judía tierna redonda con patatas Tortilla de calabacín Tomate provenzal Fruta de temporada	25 Sopa de pescado con arroz Hamburguesa de Bacalao a la plancha Ensalada con lechuga y atún Fruta de temporada	26 FELIZ ANIVERSARIO 27 Pizzas variadas caseras Alitas de pollo al horno adobadas Ensalada con lechuga y aceitunas Bizcocho casero	29 Arroz caldoso de marisco Rodaja de Merluza al horno con tomate y cebolla Ensalada con lechuga y aceitunas Yogurt natural
MENU VEGGIE 31 Crema de calabacín Espagueti a la boloñesa con soja texturizada Ensalada con lechuga y maíz Fruta de temporada	DIETES SETMANALS			
Sopa de pescado Pollastre a la planxa Yogurt natural	Patata amb pastanaga Lluc 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 pescado con galets Pit de Gall dindi planxa Yogurt natural


PA INTEGRAL

Todos los lácteos son de "La Fageda"

TÉCNICA CULINARIA

* Salsa Napolitana: Tomate frito y cebolla * Salsa Boloñesa: Cebolla, tomate, zanahoria, orégano y pimienta * Salsa Carbonara: Cebolla, crema de leche, nata. *Colegial: con hortalizas

VAPOR:

Los platos de verduras y hortalizas que se ofrecen en la Cocina Central en servicio de catering, se elaboran al vapor así manteniendo todas sus propiedades

FRUTA Y VERDURA ECOLÓGICA


En la web encontrarán las recomendaciones de las cenas