

| Dilluns   | Dimarts  | Dimecres  | Dijous  | Divendres  |
|---|--|---|---|--|
| <b>2</b><br>Pasta integral amb verdures<br>Filet de Lluç al forn<br>Amanida amb enciam i blat de moro<br>logurt natural               | <b>3</b><br>Crema de verdures variades<br>Llom adobat a la planxa<br>Amanida amb enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada                               | <b>4</b><br>Mongetes arrosseres saltejades<br>Truita a la francesa<br>Tomàquet provençal<br>Fruita de temporada   | <b>5</b><br>Arròs amb verdures<br>Rodanxa de Lluç al forn<br>Amanida amb enciam i olives<br>Fruita de temporada         | <b>6</b><br>Sopa d'au amb galets<br>Pollastre al forn a les fines herbes<br>Amanida amb tonyina<br>Fruita de temporada                                   |
| <b>9</b><br>Llenties saltejades<br>Llom a la planxa<br>Amanida amb enciam i tonyina<br>logurt natural                                 | <b>10</b><br>Bròquil amb patates<br>Pollastre al forn<br>Amanida amb blat de moro<br>Fruita de temporada   | <b>11</b><br>Espirals de colors amb carbassó i formatge<br>Rodanxa de Lluç al forn amb ceba<br>Amanida amb enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada  | <b>12</b><br>Cigrons saltejats<br>Truita a la francesa<br>Tomàquet provençal<br>Fruita de temporada                     | <b>13</b><br>Arròs tres delícies<br>Suprema de fogonero al forn<br>Amanida amb enciam i remolatxa<br>Fruita de temporada                                 |
| <b>DIA INTERNACIONAL DE LA CELIAQUIA 16</b><br>Arròs amb verdures<br>Lluç al forn<br>Amanida amb enciam i remolatxa<br>logurt natural | <b>DIA INTERNACIONAL DEL RECICLATGE 17</b><br>Espaguetis integrals amb<br>Pernilets de pollastre al forn<br>Tomàquet provençal<br>Fruita de temporada    | <b>18</b><br>Mongetes saltejades<br>Llom a la planxa<br>Amanida amb enciam i tonyina<br>Fruita de temporada   | <b>19</b><br>Crema de carbassa amb rostes<br>Salmó a la planxa<br>Amanida amb enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada | <b>20</b><br><b>FESTA LOCAL</b>  |
| <b>23</b><br>Llenties saltejades amb arròs<br>Llom al forn amb porros i ceba<br>Amanida amb enciam i pastanaga<br>logurt natural      | <b>24</b><br>Pasta integral amb verdures<br>Filet de Lluç al forn<br>Amanida amb enciam i soja<br>Fruita de temporada                                    | <b>25</b><br>Mongeta tendre rodona amb patates<br>Truita de carbassó<br>Tomàquet provençal<br>Fruita de temporada   | <b>26</b><br>Sopa de peix amb arròs<br>Peix a la planxa<br>Amanida amb enciam i tonyina<br>Fruita de temporada          | <b>FELIÇ ANIVERSARI 27</b><br>Pizzes variades casolanes de verdures<br>Aletes de pollastre al forn adobades<br>Amanida amb enciam<br>Fruita de temporada |
| <b>30</b><br>Arròs caldós de verdures<br>Filet de Lluç a la planxa<br>Amanida amb enciam i olives<br>logurt natural                   | <b>MENU VEGGIE 31</b><br>Crema de carbassó<br>Espagueti a la bolonyesa amb soja texturitzada<br>Amanida amb enciam i blat de moro<br>Fruita de temporada | 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 |   |  |



## 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 I VERDURA ECOLÒGICA



\* FRUITA DE TEMPORADA (SM)