



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1 FESTIU	2 Macarrons integrals a la bolonvesa amb soia Peix a la planxa Amanida variada Fruita de temporada	3 Crema de carbassó Pollastre al forn Amanida variada Fruita de temporada	4 Cigrons saltejats Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada
7 Arròs amb verdures Filet de lluç al forn Amanida variada logurt natural	8 Fideus integrals a la cassola (brou de verdures) Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	9 MENÚ DE TARDOR Escudella catalana Llom a la planxa Amanida variada Fruita i tast de moniatos (pocs)	10 Bròquil amb patates (sense gratinar) Gall dindi a la planxa Amanida variada Fruita de temporada	11 Llenties saltejades amb verdures Suprema de fognero al forn Amanida variada Fruita de temporada
14 Coliflor amb patates Llom a la planxa amb xampinons Amanida variada logurt natural	15 Espaguetis integrals amb verdures Lluç al forn Amanida variada Fruita de temporada	16 Mongetes blanques saltejades amb verdures Pit de pollastre a la planxa Amanida variada Fruita de temporada	17 Arròs amb verdures Filet de maira al forn Amanida variada Fruita de temporada	18 Sopa de peix amb pasta integral Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada
21 Arròs amb verdures Llom a la planxa Amanida variada logurt natural	22 Crema de verdures Rodanxa de lluç a la planxa Amanida variada Fruita de temporada	23 Cigrons saltejats amb espinacs (sense bacallà) Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	24 Fideuà integral (brou de verdures) Gallineta al forn Amanida variada Fruita de temporada	25 Mongeta tendra amb patata Pernilets de pollastre al forn Amanida variada Fruita de temporada
28 Crema de carbassa Lluç a la planxa Amanida variada logurt natural	29 Llenties saltejades amb hortalisses Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	30 Arròs amb verdures Llom a la planxa Amanida variada Fruita de temporada	*S'ofereix diferents varietats de peixos en el menú segons disponibilitat del proveïdor.	

**PA INTEGRAL**

Tots els làctics són 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

AMANIDA VARIADA:

enciam, pastanaga, blat de moro, remolatxa, tonyina, tomàquet, olives.

FRUITA I VERDURA ECOLÒGICA