

PA  
INTEGRALTots 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, bacon.
- \* Colegial: amb

**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,  
tomàquet, olives.**FRUITA I  
VERDURA  
ECOLÒGICA**

| Dilluns   | Dimarts  | Dimecres  | Dijous   | Divendres  |
|---|--|---|--|--|
|   |  | 1<br>Arròs 3 delícies<br>Trita a la francesa<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>logurt natural   | 2<br>Mongetes blanques a la<br>riojana<br>Pit de pollastre arrebossat<br>casolà<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada            | 3<br>Bròquil amb patata i beixamel<br>gratinats<br>Estofat de porc<br>amb xampinyons<br>Fruita de temporada                                    |
| <i>*S'ofereix diferents varietats de peixos en el menú segons disponibilitat del proveïdor.</i>   |  |   |  |  |
| 6<br>Macarrons a la napolitana amb<br>formatge<br>Trita a la francesa<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada                         | 7<br>Cigrons estofats amb verdures<br>Nuggets de pollastre<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada                         | 8<br>Mongeta tendre amb patates<br>Mandonguilles mixtes rostides<br>a la jardinera<br>logurt natural  | 9<br>Llenties estofades amb<br>verdures<br>Trita amb formatge<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada                              | 10<br>Sopa d'arròs<br>Pollastre a l'allet<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada  |
| 13<br>Espirals amb carbassó, ceba i<br>formatge<br>Pollastre al forn amb salsa de<br>verdures<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada | 14<br>Mongetes blanques amb<br>sofregit de tomàquet i bacon<br>Trita a la francesa<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada | 15<br>Crema de carbassó i porro<br>amb crostons<br>Daus de gall dindi al wok<br>amb salsa de soja<br>logurt natural                                       | 16<br>Sopa de verdures amb pistons<br>Llom adobat a la planxa<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada                              | 17<br>Arròs amb salsa de tomàquet<br>Pit de pollastre arrebossat<br>casolà<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada               |
| 20<br>Paella de l'hort<br>Trita a la francesa<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada   | 21<br>Cigrons estofats amb verdures<br>Nuggets de pollastre<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada                        | <b>MENU D'HIVERN 22</b><br>Trinxat de la Cerdanya (amb<br>bacon)<br>Botifarra de porc a la planxa<br>amb salsa de pebrots i<br>tomàquet<br>logurt natural | 23<br>Llenties estofades amb<br>verdures i arròs<br>Trita a la francesa amb pernil<br>dolç<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada | 24<br>Espaguetis a la bolonyesa<br>amb soja texturitzada<br>Aletes de pollastre adobades<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada |
| 27<br>Fideuà de verdures (brou de<br>verdures)<br>Llom al forn amb ceba i porros<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada              | 28<br>Mongetes blanques estofades<br>amb verdures<br>Trita a la francesa<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada           | 29<br>Crema de carbassa i<br>pastanaga amb crostons<br>Pernilets de pollastre rostit a<br>les fines herbes<br>amb patata panadera<br>logurt natural       | 30<br>Arròs caldós de verdures<br>(brou de verdures)<br>Pit de pollastre a la planxa<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Fruita de temporada       | <b>FELIÇ ANIVERSARI 31</b><br>Sopa d'au amb galets<br>Trita de patates<br>Amanida variada (s/tonyina)<br>Pa de pessic casolà                   |

Menú validat per Dietista-Nutricionista col·legiada CAT001988