



PA SENSE GLUTEN

Tots els làctics són de SOJA

TÈCNICA CULINÀRIA

* Salsa Napolitana:
Tomàquet fregit i ceba
* Salsa Bolonyesa:
Ceba, tomàquet,
pastanaga, orenga i
pebrot
*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



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, salses, elaboracions, ...són amb derivats vegetals</p> <p><i>*S'ofereix diferents varietats de peixos en el menú segons disponibilitat del proveïdor.</i></p>				
		1	2	3
		Arròs 3 delícies Gallineta al forn amb salsa verda Amanida variada Fruita de temporada	Mongetes blanques a la riojana Pit de pollastre arrebossat casolà Amanida variada Fruita de temporada	Bròquil amb patata Estofat de porc amb xampinyons Fruita de temporada
6	7	8	9	10
Macarrons a la napolitana (s/formatge) Filet de lluç a la planxa amb all i julivert Amanida variada logurt de soja	Cigrons estofats amb verdures Mossets de rosada Amanida variada Fruita de temporada	Mongeta tendre amb patates Llom rostit a la jardinera Fruita de temporada	Llenties estofades amb verdures Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	Sopa d'arròs Pollastre a l'allet Amanida variada Fruita de temporada
13	14	15	16	17
Espirals amb carbassó, ceba (s/formatge) Rodanxa de lluç al forn amb salsa de verdures Amanida variada logurt de soja	Mongetes blanques amb sofregit de tomàquet i bacon Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	Verdures variades amb patates Daus de gall dindi al wok amb salsa de soja Fruita de temporada	Sopa de rap amb pistons Llom adobat a la planxa Amanida variada Fruita de temporada	Arròs amb salsa de tomàquet Filet de maira enfarinada casolana Amanida variada Fruita de temporada
20	21	MENU D'HIVERN 22	23	24
Paella de l'hort Suprema de lluç al forn amb llimona Amanida variada logurt de soja	Cigrons estofats amb verdures Mossets de rosada Amanida variada Fruita de temporada	Trinxat de la Cerdanya (amb bacon) Botifarra de porc a la planxa amb salsa de pebrots i tomàquet Fruita de temporada	Llenties estofades amb verdures i arròs Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	Espaguetis a la bolonyesa amb soja texturitzada Pollastre al forn Amanida variada Fruita de temporada
27	28	29	30	31
Fideuà de marisc Llom al forn amb ceba i porros Amanida variada logurt de soja	Mongetes blanques estofades amb verdures Suprema de fogonero al forn amb salsa de tomàquet Amanida variada Fruita de temporada	Verdures variades amb patates Pernilets de pollastre rostit a les fines herbes amb patata panadera Fruita de temporada	Arròs caldós de marisc Rodanxa de Lluç al forn amb all i julivert Amanida variada Fruita de temporada	Sopa d'au amb galets Truita de patates Amanida variada Galetes / Fruita

Menú validat per Dietista-Nutricionista col·legiada CAT001988