

PA
INTEGRALTots els làctics són de
"La Fageda"**TÈCNICA CULINÀRIA**

- * Salsa Napolitana:
Tomàquet fregit i ceba
- * Salsa Bolonyesa:
Ceba, tomàquet,
pastanaga, orenga i
pebrot
- * Salsa Carbonara:
Ceba, crema de llet,
nata.
- * Colegial: amb

VAPOR:Els plats de verdures i
hortalisses que
s'ofereixen a la Cuina
Central en servei de
càterin, 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
		1 Arròs 3 delícies Gallineta al forn amb salsa verda Amanida variada Fruita de temporada	2 Mongetes blanques a la riojana Trita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	3 Bròquil amb patata i beixamel gratinats Estofat de peix amb xampinyons Fruita de temporada
<i>*S'ofereix diferents varietats de peixos en el menú segons disponibilitat del proveïdor.</i>				
6 Macarrons a la napolitana amb formatge Filet de lluç a la planxa amb all i julivert Amanida variada logurt natural	MENÚ VEGGIE 7 Cigrons estofats amb verdures Croquetes d'espínacs Amanida variada Fruita de temporada	8 Mongeta tendre amb patates Peix rostit a la jardineria Fruita de temporada	9 Llenties estofades amb verdures Trita amb formatge Amanida variada Fruita de temporada	10 Sopa d'arròs (brou de verdures) Trita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada
13 Espirals amb carbassó, ceba i formatge Rodanxa de lluç al forn amb salsa de verdures Amanida variada logurt natural	14 Mongetes blanques amb sofregit de tomàquet (s/bacon) Trita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	15 Crema de carbassó i porro amb crostons Daus de peix al wok amb salsa de soja Fruita de temporada	16 Sopa de rap amb pistons Trita a la francesa amb formatge Amanida variada Fruita de temporada	17 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de maira enfarinada casolana Amanida variada Fruita de temporada
20 Paella de l'hort Suprema de lluç al forn amb llimona Amanida variada logurt natural	21 Cigrons estofats amb verdures Mossets de rosada Amanida variada Fruita de temporada	MENÚ D'HIVERN 22 Trinxat de la Cerdanya (s/bacon) Peix a la planxa amb salsa de pebrots i tomàquet Fruita de temporada	23 Llenties estofades amb verdures i arròs Trita a la francesa amb tonyina Amanida variada Fruita de temporada	24 Espaguetis a la bolonyesa amb soja texturitzada Trita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada
27 Fideuà de marisc Peix al forn amb ceba i porros Amanida variada logurt natural	28 Mongetes blanques estofades amb verdures Suprema de fogonero al forn amb salsa de tomàquet Amanida variada Fruita de temporada	29 Crema de carbassa i pastanaga amb crostons Peix rostit a les fines herbes amb patata panadera Fruita de temporada	30 Arròs caldós de marisc Trita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	FELIÇ ANIVERSARI 31 Sopa de verdures amb galets Trita de patates Amanida variada Pa de pessic casolà

Menú validat per Dietista-Nutricionista col·legiada CAT001988