



## PA SENSE GLUTEN

Tots 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, 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, tonyina, tomàquet, olives.

## FRUITA I VERDURA ECOLÒGICA



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

Menú validat per Dietista-Nutricionista col·legiada CAT001988