



## 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
		1 Arròs 3 delícies Gallineta al forn amb salsa verda Amanida variada Fruita de temporada	2 Mongetes blanques a la riojana Pit de pollastre arrebossat casolà Amanida variada Fruita de temporada	3 Bròquil amb patata i beixamel gratinats Estofat de porc 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	7 Cigrons estofats amb verdures Nuggets de pollastre Amanida variada Fruita de temporada	8 Mongeta tendre amb patates Mandonguilles mixtes rostides a la jardinera Fruita de temporada	9 Llenties estofades amb verdures Truita amb formatge Amanida variada Fruita de temporada	10 Sopa d'arròs Pollastre a l'allet 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 i bacon Truita a la francesa Amanida variada Fruita de temporada	15 Crema de carbassó i porro amb crostons (s/gluten) Daus de gall dindi al wok amb salsa de soja Fruita de temporada	16 Sopa de rap amb pistons Llom adobat a la planxa 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	<b>MENU D'HIVERN 22</b> Trinxat de la Cerdanya (amb bacon) Botifarra de porc a la planxa amb salsa de pebrots i tomàquet Fruita de temporada	23 Llenties estofades amb verdures i arròs Truita a la francesa amb tonyina Amanida variada Fruita de temporada	24 Espaguetis a la bolonyesa amb vegetal Aletes de pollastre adobades Amanida variada Fruita de temporada
27 Fideuà de marisc Llom 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 (s/gluten) Pernilets de pollastre rostit a les fines herbes amb patata panadera Fruita de temporada	30 Arròs caldós de marisc Rodanxa de Lluç al forn amb all i julivert Amanida variada Fruita de temporada	<b>FELIÇ ANIVERSARI 31</b> Sopa d'au amb galets Truita de patates Amanida variada Pa de pessic casolà

Menú validat per Dietista-Nutricionista col·legiada CAT001988