



4 DIES PA INTEGRAL

AMANIDES

(Pastanaga, enciam, blat de mo...
soja, remolatxa i olives segons
dia)

*** Afegim Tonyina 1 cop a la
setmana per compensar
l'OMEGA-3**

TÈCNICA CULINÀRIA

- * A la cassola: Sofregit de verdura, tomàquet
- * Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba
- * Salsa de Verdurettes: Ceba pebrot vermell i verd, tomàquet pastanaga, porro i alls tendres
- * Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga pebrot
- * Salsa carbonara: Llet, ceba maicensa, nou moscada

* FRUITA DE TEMPORADA (SM)

VAPOR: Els plats de verdura hortalisses que s'ofereixen a la Cuina Central en servei de càtering, s'elaboren al vapor a mantenint totes les seves propietats

A la web trobaran les recomentaciones dels

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1 TOT SANTS	2 FESTA LLIURE DISPOSICIÓ
Sopa de peix 5 Gallineta al forn amb all i julivert Amanida logurt Natural	Crema de carbassó 6 Mandonguilles de vedella rostides amb xampinyons Amanida Fruita	Llenties estofades amb verduretes 7 Ou dur amb beixamel Amanida Fruita	Fideuà al forn 8 Abadejo al forn amb ceba Amanida Fruita	9 Arròs amb salsa de tomàquet Pernilets de pollastre rostit amb fines herbes Amanida amb tonyina Fruita
Macarrons a la napolitana 12 Abadejo al forn amb salseta verda Amanida logurt Natural	Mongeta tendra rodona amb patates 13 Rodó de vedella rostit amb porros Amanida amb tonyina Fruita	Cigrons estofats 14 Remenat d'ous amb xampinyons Amanida Fruita	15 Arròs casolà amb verduretes Bacallà arrebossat amb all i julivert Amanida Fruita	16 Sopa de rap Pit de pollastra a la planxa Amanida Fruita
Crema de carbassa 19 amb pastanaga Xispetes de bacallà Amanida logurt Natural	Arròs tres delícies 20 Filet de lluç al forn amb ceba Amanida Fruita	Sopa d'au 21 Pollastre "al ajillo" Amanida Fruita	22 Mongetes estofades Truita a la francesa Tomàquet provençal Fruita	Fideus a la cassola amb verduretes 23 Cuetes de rap amb salsa verda Amanida Fruita
26 Espaguetis a la bolonyesa vegetal Mossets de rosada Amanida logurt Natural	27 Mongeta tendra perona amb patata Croquetes de bacallà Amanida amb tonyina Fruita	28 Llenties estofades amb verduretes Truita de patates Amanida Fruita	29 Arròs amb verdures al forn Abadejo al forn amb samfaina Amanida Fruita	30 Sopa d'au Pollastre arrebossat Amanida Fruita

DIETES SETMANALS

Sopa d'arròs
Pit de pollastre planxa

Patata amb pastanaga
Lluç a la planxa

Sopa de peix
Truita a la francesa

Pasta bullida amb oli i sal
Peix a la planxa

Sopa d'au amb arròs
Pit de Gall d'Indi planxa

Per causa de força major l'empresa és reserva el dret de fer canvis en el menú.

