



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Crema de carbassó <b>3</b> Daus de vedella rostida Amanida logurt Natural "La Fageda"	Paella de verdures <b>4</b> Lluç al forn amb all i julivert Amanida amb tonyina Fruita	Sopa d'au amb fideus <b>5</b> Pernilets de pollastre rostit amb fines herbes Amanida Fruita	Llenties estofades amb verduretes <b>6</b> Truita amb formatge Amanida provençal Fruita	Amanida d'estiu amb pasta <b>7</b> Palometa al forn amb salsa verda Amanida Gelat
<b>FESTA</b> <b>10</b>	Cigrons estofats amb verdures <b>11</b> Ou dur amb beixamel Amanida logurt Natural "La Fageda"	Fideus a la cassola amb verduretes <b>12</b> Perca a la planxa Amanida amb tonyina Fruita	Sopa de peix amb pistons <b>13</b> Pit de pollastre a la planxa Amanida Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet <b>14</b> Bacallà amb all i julivert Amanida provençal Fruita
Macarrons a la bolonyesa vegetal <b>17</b> Truita a la francesa Amanida logurt Natural "La Fageda"	Mongetes estofades amb hortalisses <b>18</b> Caçó amb salsa de tomàquet Amanida Fruita	Amanida d'estiu amb patata <b>19</b> Llom rostit amb pebrots Amanida Fruita	Arròs tres delícies <b>20</b> Hamburguesa Vedella al forn Amanida amb tonyina Fruita	<b>MENÚ FI DE CURS</b> <b>21</b> Pizzas Casolanes Nuguetts de pollastre Xips Refresc i Gelat

## PA INTEGRAL

### AMANIDES

(Pastanaga, enciam, blat de moro, soja, remolatxa i olives segons el 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 Verduretes: Ceba, pebrot vermell i verd, tomàquet, pastanaga, porro i alls tendres
- \* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot

### FRUITA DE TEMPORADA (SM)

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

**A la web trobaran les recomendaciones dels sops**



# BONES VACANCES



### DIETES SETMANALS

Sopa d'arròs Pit de pollastre planxa logurt natural	Patata amb pastanaga Lluç a la planxa Codony	Sopa de peix Truita a la francesa Poma	Pasta bullida amb oli i sal Peix a la planxa Plàtan madur	Sopa d'au amb arròs Pit de Gall d'Indi planxa logurt natural
-----------------------------------------------------------	----------------------------------------------------	----------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------