



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			Macarrons a la napolitana Mossets de rosada Amanida logurt Natural "La Fageda"	Llenties estofades amb verdures Truita a la francesa Amanida amb tonyina Fruita
Mongeta tendra perona amb patates Estofat de Vedella Amanida logurt Natural "La Fageda"	Cigrons estofats amb hortalisses Truita amb carbassó Amanida Fruita	Fideus a la cassola amb verdures Lluç al forn amb all i julivert Amanida amb tonyina Fruita	Sopa d'au amb pistons Pit de pollastre a la planxa Amanida Fruita	Arròs amb salsa de tomàquet Caçó al forn amb ceba Amanida provençal Fruita
Espaguetis a la bolonyesa vegetal Lluç a la planxa Amanida logurt Natural "La Fageda"	Crema de porro Llom rostit amb pebrots Amanida Fruita	Paella de verdures Perca amb samfaina Amanida amb tonyina Fruita	Mongetes estofades amb verdures Ou dur amb beixamel Amanida Fruita	Sopa de rap amb estrelletes Pernilets de pollastre al forn Amanida Fruita
Crema de carbassó Magra de porc estofada Amanida logurt Natural "La Fageda"				

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 Verdures: 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 sopars

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
---	--	--	---	--

Estem treballant conjuntament amb la Consultoria Nutricional Cesnut per oferir-vos la màxima qualitat dietètica dels nostres menús. Per a qualsevol dubte a prop del nostre menú contacti amb el nostre equip de dietistes - nutricionistes a: info@cesnut.com o directament amb la direcció del centre.

nutricionistes col·legiades: CAT N°0681

Menú validat per Dietistes