



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa de peix (s/soja) Truita de patates Amanida amb enciam i pastanaga logurt Natural	2 Arròs casolà Filet de lluç a la planxa amb all i julivert Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada	3 Llenties estofades amb arròs Mossets de rosada Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 <b>DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL</b> Crema de carbassó amb crostons Cigrons estofats Tomàquet provençal Fruita de temporada	5 Mongeta tendre i patates saltejades amb all Llom al forn Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
8 Fideus a la cassola Peix a la planxa Amanida amb enciam i tonyina logurt Natural	9 Mongetes estofades Ous durs amb tomàquet Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	10 Bròquil amb patates Magre de porc rostida Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	11 Arròs amb salsa de tomàquet Caçó al forn Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada	12 Crema de verdures amb crostons Pit de pollastre a la planxa Amanida amb blat de moro Fruita de temporada
15 Paella (peix) (s/soja) Pollastre al ajillo Amanida amb enciam i pastanaga logurt Natural	16 Mongeta tendre amb patates aromatitzada al pebre vermell Suprema de fogoner amb samfaina Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	17 Espaguetis a la carbonara Vedella rostida amb bolets Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	18 Llenties estofades Truita amb carbassó Amanida amb tonyina Fruita de temporada	19 <b>DIA INTERNACIONAL DE LA FELICITAT</b> Sopa d'au amb galets (s/soja) Coques Casolanes Fruita de temporada
22 Espirals de colors amb carbassó i formatge Pernilets de pollastre al forn Tomàquet provençal logurt Natural	23 Cigrons estofats Truita de patates Amanida amb blat de moro Fruita de temporada	24 Arròs caldós de marisc i verdures Suprema de salmó marinat amb llimona i fines herbes Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	25 Mongetes seques saltejades amb all i julivert Botifarra a la planxa (s/soja) Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	26 Vichyssoise amb crostons Gall dindi estofat Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada



**PA BLANC**

Tots els làctics són de "La Fageda"

**TÈCNICA CULINÀRIA**

- \* Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba
- \* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot

**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

**\* FRUITA DE TEMPORADA (SM)**

A la web trobaran les recomanacions dels sopars

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](mailto:info@cesnut.com) o directament amb la direcció del servei.

[Menú](#)

validat per Dietistes nutricionistes col·legiades: CAT N°0681

**S'evitarà servir:**

- Fruites: Albercoc, préssec, nespres, nectarina, paraguay. Pot consumir tota la resta de fruites sempre i quan estiguin prèviament **HIGIENITZADES I PELADES SEMPRE.**

- llegums: soja. Pot consumir la resta de llegums, preferiblement **CUITES AMB DOBLE COCCIÓ I PELADES** o **PASADES PEL XINO.**