

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1 Sopa de peix (sense gluten) 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 Peix al forn Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	4 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL 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 amb crema d'ametlles 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) (sense gluten) 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 Espagueti 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 DIA INTERNACIONAL DE LA FELICITAT Sopa d'au amb galets (sense gluten) Coques Casolanes (s/gluten) Préssec en almívar
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 Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	26 Vichyssoise amb crostons Gall dindi estofat Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada



PA SENSE GLUTEN

Tots els làctics són de "La Fageda"

TÈCNICA CULINÀRIA

* Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba

* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomaquet, pastanaga, orenga i pebrot

IAPOR: 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 o directament amb la direcció del servei.

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

Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, farines, pa ratllat, pasta...són sense gluten

DIETES SETMANALS

Sopa d'arròs Peix a la 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'Índi planxa logurt natural
--	--	--	---	--