

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	6 Macarrons a la Napolitana Tofu a la planxa Amanida amb enciam i olives logurt Sense Lactosa	7 Llenties estofades Varettes de verdures Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	8 "Ensaladilla" russa (sense lactosa) Llom a la planxa Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	9 Sopa de peix amb arròs (sense lactosa) Pernilets de pollastre al forn Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada
12 Arròs amb salsa de tomàquet Filet de lluç a la planxa Amanida amb enciam i tonyina logurt Sense Lactosa	13 Mongetes estofades Hamburguesa d'espínacs Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	14 <b>FESTA DE LA PRIMAVERA</b> Coca Vegetal (sense lactosa) Tofu a la planxa i xips Fruita de temporada		15 Crema de carbassa amb rostes (sense Lactosa) Caçó al forn amb salsa d'ametlles (sense lactosa) Amanida amb enciam i olives Fruita de temporada
19 Espaguetis a la napolitana Suprema de fogoner a la riojana Amanida amb enciam i pastanaga logurt Sense Lactosa	20 Llenties col·legials Truita amb carbassó Amanida amb enciam i remolatxa Fruita de temporada	21 Broquil amb patates Varettes de verdures Amanida amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	22 Paella (brou de peix) (sense lactosa) Medalló de Bacallà a la planxa Amanida amb tonyina Fruita de temporada	23 <b>DIADA DE SANT JORDI</b> Sopa d'au amb lletres (sense lactosa) Pit de pollastre a la planxa Amanida amb enciam i olives Pa de pessic casolà (sense lactosa)
26 <b>MENU VEGGIE</b> Llenties estofades Truita d'espínacs Tomàquet provençal Fruita de temporada	27 Perona amb patates Pèsols amb tomàquet Amanida amb enciam i remolatxa logurt Sense Lactosa	28 Cigrons estofats Varettes de verdures Amanida amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	29 Fideuà (brou vegetal) (sense lactosa) Salsitxes de tofu a la planxa Amanida amb enciam i tonyina Fruita de temporada	30 Arròs amb salsa de tomàquet Gall dindi estofat amb carxofes i bolets Amanida amb enciam i api Fruita de temporada



**PA INTEGRAL**

Tots els làctics són **SENSE LACTOSA**

### TÈCNICA CULINÀRIA

- \* Salsa Napolitana: Tomàquet fregit i ceba
- \* Salsa Bolonyesa: Ceba, tomàquet, pastanaga, orenga i pebrot
- \* Salsa Carbonara: Ceba, crema de llet, nata (sense lactosa).
- \* Colegial: amb hortalisses

**VAPOR:** Els plats de verdures i hortalisses que s'ofereixen a la Cuina Central en servei de càterin, 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

**Els productes que es fan servir per la elaboració d'aquest menú, salses, elaboracions, ...són sense lactosa**

### DIETES SETMANALS

Sopa d'arròs Pit de pollastre planxa logurt Sense Lactosa	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 Sense Lactosa
---	--	--	---	--