

GENER 2019

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
FESTA	MACARRONS (sn/gluten) AL PESTO	CREMA DE CARBASSA	FESOLETS ECO (PASTANAGA, PATATA, PORRO)	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET
	GALL DINDI PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET	POLLASTRE A LA LLIMONA AMB ENCIAM I PASTANAGA	OUS AMB SALSA DE TOMÀQUET	PEIX FRESC AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES
	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
MONGETA VERDA AMB PATATA	CIGRONS ECO SALTATS (TOMÀQUET, CEBA, PORRO I ALL)	ENCIAM AMB BLAT DE MORO	SOPA DE BROU AMB VEGETALS I PASTA (sn/gluten)	CREMA DE VERDURES (PATATA, ESPINAC, CEBA, PORRO, MONGETA TENDRA, PASTANAGA)
BRUIXA ARREBOSSADA* AMB ENCIAM I TOMÀQUET	TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES	ARRÒS INTEGRAL AMB MANDONGUILLES* (PATATES, PASTANAGA, CEBA, PORRO I PÈSOLS)	POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA	GALL DINDI PLANXA I ESPIRALS AMB OLI D'OLIVA I ORÈNGA
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25
MENESTRA DE VERDURES (PASTANAGA, MONGETA TENDRE, CARXOFA, PÈSOLS I PATATA)	ARRÒS A LA MILANESA (PÈSOLS, PEBROT, CARN DE PORC, I FORMATGE)	ENCIAM AMB TOMÀQUET CHERRY I PIPES	LLENTIES ECO AMB VERDURES (CEBA, PATATA, PASTANAGA, PORRO I TOMÀQUET SOFREGIT)	MACARRONS (sn/gluten) AMB SALSA DE FORMATGE*
LLOM ARREBOSSAT* AMB ENCIAM I TOMÀQUET	LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA	FIDEUÀ (sn/gluten) MARINERA (SIPIA, CALAMAR, GAMBA, MUSCLOS)	OUS AMB TOMÀQUET	BROXETA DE POLLASTRE AMB ENCIAM, OLIVES I SÈSAM
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31	
ESPINACS AMB PATATES I PERNIL SALAT*	ESPIRALS (sn/gluten) AMB TOMÀQUET I FORMATGE*	ENCIAM AMB BLAT DE MORO I OLIVES	MONGETES BLANQUES ESTOFADES	
SALMÓ A LES FINES HERBES AMB ENCIAM I PASTANAGA	BOTIFARRA* A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET	PAELLA MIXTA (ARRÒS, SIPIA, CALAMAR, GAMBA, MUSCLOS, COSTELLA DE PORC)	TRUITA DE PERNIL* AMB ENCIAM I TOMÀQUET	
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	
Fruita del mes: Poma, pera, plàtan, taronja i mandarina.				
PA (sn/gluten)				
Els arrebossats estan elaborats pel cuiner (sense gluten, ou ni lactosa)				

\*Aquests aliments i elaboracions estan lliures de Gluten

Menú revisat per Marina Perugini, Llicenciada en Ciència i Tecnologia dels Aliments Master en dietètica i nutrició humana.  
LA VOSTRA CUINA S.L. Rea. San: 26.12437/B. Av. Ebara. 50 08192. SANT QUIRZE DEL VALLÈS www.vostracuina.com