



SENSE MARISC

GENER 2019

DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
FESTA	MACARRONS ECO AL PESTO	CREMA DE CARBASSA	FESOLETS ECO (PASTANAGA, PATATA, PORRO)	ARRÒS INTEGRAL AMB TOMÀQUET
	CROQUETES DE ROSTIT AMB ENCIAM I TOMÀQUET	POLLASTRE A LA LLIMONA AMB ENCIAM I PASTANAGA	OUS AMB CARBONARA	PEIX FRESC AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES
	FRUITA	IOGURT DE COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18 <small>PROTEÏNA VEGETAL</small>
MONGETA VERDA AMB PATATA	CIGRONS ECO SALTATS (TOMÀQUET, CEBA, PORRO I ALL)	ENCIAM AMB BLAT DE MORO	SOPA DE BROU AMB VEGETALS I PASTA	CREMA DE VERDURES I CROSTONS (PATATA, ESPINAC, CEBA, PORRO, MONGETA TENDRA, PASTANAGA)
BRIXA 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	ESPIRALS ECO AMB BOLONYESA VEGETAL (TOFU)
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 INTEGRALS AMB SALSA DE FORMATGE
LLOM ARREBOSSAT AMB ENCIAM I TOMÀQUET	LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA	FIDEUÀ DE CARN (POLLASTRE/GALL DINDI/PORC)	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 ECO 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 DE CARN (ARRÒS, POLLASTRE, 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 NORMAL O INTEGRAL A TRIAR				

Menú revisat per Marina Perugini. Certificada en ciència i tecnologia dels aliments master en dietètica i nutrició humana.
 LA VOSTRA CUINA S.L. Reg. San.: 26 12437/B. Av. Europa 50 08192. SANT GUTZZF DEU. VAL LÈS www.vostracuina.com