

SENSE MARISC

| DILLUNS 2 | DIMARTS 3 | DIMECRES 4 | DIJOUS 5 | DIVENDRES 6 |
|---|--|---|--|---|
| FESTA | | AMANIDA AMB TOMÀQUET, OLIVES NEGRES I PIPES | BLEDES AMB PATATES | CREMA DE XAMPINYONS (PATATA, XAMPINYONS, PORROS I TOMÀQUET) |
| | | FIDEUA DE VERDURES | POLLASTRE A LA LLIMONA AMB ENCIAM I OLIVES NEGRES | BOTIFARRA AMB MONGETES SEQUES |
| | | IOGURT SOSTENIBLE | FRUITA | FRUITA |
| DILLUNS 9 | DIMARTS 10 | DIMECRES 11 | DIJOUS 12 | DIVENDRES 13 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL |
| CREMA DE CARBASSA (CARBASSA, PASTANAGA, MONGETA TENDRA, PATATA I CEBÀ) | MONGETES BLANQUES ECO ESTOFADES (MONGETES BLANQUES, CEBÀ, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES) | AMANIDA AMB OLIVES NEGRES, PASTANAGA I BLAT DE MORO | MACARRONS ECO INTEGRALS AMB TOMÀQUET | CREMA DE PÈSOLS (PÈSOLS, PATATES, CEBÀ I PORRO) |
| CANELONS DE CARN | TRUITA DE FORMATGE AMB ENCIAM I TOMÀQUET | ARRÒS INTEGRAL ECO AMB ESTOFAT DE GALL D'INDI | LLUÇ FRESC AL FORN AMB VERDURES (TOMÀQUET, CEBÀ, PORRO, PASTANAGA, CARBASSÓ) | CUSCÚS DE VERDURES I FRUITA SECA |
| FRUITA | FRUITA | IOGURT SOSTENIBLE | FRUITA | FRUITA |
| DILLUNS 16 | DIMARTS 17 | DIMECRES 18 | DIJOUS 19 | DIVENDRES 20 |
| MENESTRA DE VERDURES | CREMA DE VERDURES | AMANIDA, TOMÀQUET I PASTANAGA | PÈSOLS AMB PATATES | ESPAGUETIS AMB TOMÀQUET I FORMATGE |
| TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET | SALMÓ AL FORN AMB SALSÀ DE TOMÀQUET, ENCIAM I OLIVES | ARRÒS AMB POLLASTRE | POLLASTRE ROSTIT AMB PINYA, ENCIAM I BLAT DE MORO | HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB AMANIDA O PANOTXA |
| FRUITA | FRUITA | IOGURT SOSTENIBLE | FRUITA | FRUITA |
| DILLUNS 23 | DIMARTS 24 | DIMECRES 25 | DIJOUS 26 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL | DIVENDRES 27 |
| BROU DE POLLASTRE AMB ARRÒS | MACARRONS ECO INTEGRALS AMB TOMÀQUET | ENCIAM AMB OLIVES, PASTANAGA I BLAT DE MORO | CREMA DE CARBASSÓ | BRÒQUIL AMB PATATA (CEBÀ, PORRO I PATATA) |
| TRUITA DE PATATES | LLUÇ ARREBOSSAT AMB ENCIAM I PASTANAGA | ARRÒS INTEGRAL ECO AMB ESTOFAT DE VEDELLA (PATATES, PASTANAGA, CEBÀ, PORRO I TOMÀQUET) | LLENTIES ECO ESTOFADES (PATATES, CEBÀ, PORRO, PASTANAGA I TOMÀQUET) | POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM I TOMÀQUET |
| FRUITA | FRUITA | IOGURT SOSTENIBLE | FRUITA | FRUITA |
| DILLUNS 30 | DIMARTS 31 | FRUITA DEL MES: POMA, PERA, PLÀTAN, TARONJA I MANDARINA | | |
| MONGETA VERDA AMB PATATA | MONGETA BLANCA ECO ESTOFADA (PORRO, PASTANAGA, CEBÀ, TOMÀQUET I PATATA) | | | |
| BROIJA ARREBOSSADA AMB ENCIAM I TOMÀQUET | TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I BLAT DE MORO | | | |
| FRUITA | FRUITA | PA INTEGRAL | | |
| BERENARS: ENTREPÀ, IOGURT AMB GALETES D'ARRÒS I PA AMB XOCOLATA | | | | |
| AQUESTS BERENARS ES SERVEIXEN DE MANERA ROTATÒRIA. DIÀRIAMENT DISPOSEM D'UN BOL DE FRUITA I PA | | | | |

Treballem conjuntament amb Cesnut Nutrició per oferir-vos la màxima qualitat dietètica en la programació dels nostres menús.

Menú revisat per Marina Perugini. Llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments Màster en dietètica i nutrició humana.

LA VOSTRA CUINA S.L. Reg. San.: 26.12437/B, Av. Egara, 50 08192, SANT QUIRZE DEL VALLÈS www.vostracuina.com