

FEBRER 2021 - LACTOSA NI PLV



DILLUNS 1	DIMARTS 2	DIMECRES 3	DIJOUS 4	DIVENDRES 5
PASTA INTEGRAL AMB PESTO (ALFÀBREGA, PINYONS I OLI D'OLIVA)	BLEDES AMB PATATA	ENCIAM AMB OLIVES NEGRES I TOMÀQUET	ESCUDELLA BARREJADA (PISTONS, CIGRONS ECO, VERDURES)	CREMA DE PASTANAGA (S/LACTOSA NI PLV) AMB CROSTONS
OUS AMB TOMÀQUET ENCIAM AMB PASTANAGA	POLLASTRE AL FORN AMB PINYA, ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÓS INTEGRAL ECO POLLASTRE I XAMPINYONS	PEIX FRESC ARREBOSSAT* AMB ENCIAM I COGOMBRE	LLENTIES ECO AMB ARRÓS
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 8	DIMARTS 9	DIMECRES 10	DIJOUS 11	DIVENDRES 12
PÈSOLS AMB PATATA	TALLARINES AMB ORENGA I OLI D'OLIVA	ENCIAM AMB TOMÀQUET I FRUITS SECS	CREMA DE CARBASSÓ (CARBASSÓ, CEBA, PORRO, PATATA) (S/LACTOSA NI PLV)	FESTA
TRUITA DE PERNIL, ENCIAM I PASTANAGA	FILET DE BRUIXA AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	ARRÓS INTEGRAL ECO AMB COSTELLES I VERDURES	PIT DE POLLASTRE AL FORN AMB SANFAINA (TOMÀQUET, CEBA, PORRO, PEBROT VERMELL I VERD, CARBASSÓ I ALBERGÍNIA)	
FRUITA	FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	
DILLUNS 15	DIMARTS 16	DIMECRES 17	DIJOUS 18	DIVENDRES 19
LLENTIES ECO AMB VERDURES (CEBA, PORRO, PATATA, PASTANAGA I TOMÀQUET SOFREÏT)	ARRÓS INTEGRAL ECO AMB VERDURES (PEBROT VERD I VERMELL, MONGETA TENDRA I CARBASSÓ)	ENCIAM AMB PASTANAGA	SOPA DE PEIX AMB PASTA	COL I FLOR I PATATA AL VAPOR
TRUITA DE PATATES	SALMÓ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	CUS CÚS AMB VERDURES I ESTOFAT DE GALL D'INDI	POLLASTRE A L'ALLET AMB PATATES FREGIDES	POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I OLIVES
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 22	DIMARTS 23	DIMECRES 24	DIJOUS 25	DIVENDRES 26
SOPA D'ARRÓS	MONGETES AMB PATATES	AMANIDA VERDA (BARREJA DE TOMÀQUET CHERRYS, OLIVES NEGRES I ENCIAM)	CIGRONS ECO ESTOFATS (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	CREMA DE VERDURES (S/LACTOSA NI PLV)
LLUÇ AL FORN, ENCIAM I TOMÀQUET	LLOM AL FORN AMB SALS DE POMA (S/LACTOSA NI PLV)/SENSE SALS, ENCIAM I PASTANAGA	PAELLA MIXTA (SÈPIA, CALAMAR, GAMBA, MUSCLOS, COSTELLA DE PORC)	TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA	TALLARINES AMB SALS BOLONYESA VEGETAL (S/LACTOSA NI PLV) AMB TOMÀQUET I POLLASTRE
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA

Fruita d'hivern: poma, pera, kaki, mandarina, taronja

PA INTEGRAL

Berenars: entrepà, pa amb xocolata, iogurt natural amb tortites d'arròs o fruita. Aquests berenars es serveixen de manera rotatòria. Diàriament disposen d'un bol de fruita variada i pa.

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 VALLE'S www.vostracuina.com

*ARREBOSSAT PEL CUINER SENSE GLUTEN, LACTOSA NI OU