



GENER 2021 - SENSE PEIX

"Col de Gener, bona com el corder"



DILLUNS 11	DIMARTS 12	DIMECRES 13	DIJOUS 14	DIVENDRES 15
MONGETA VERDA AMB PATATA GALL DINDI AREBOSSADA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA	CIORONS ECO SALTATS (TOMÀQUET, CEBA, PORRO I ALL) TRUITA DE PERNIL AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA	ENCIAM AMB BLAT DE MORO ARRÓS INTEGRAL AMB MANDONQUILLES (PATATES, PASTANAGA, CEBA, PORRO I PÈSOLS) IOGURT	SOPA DE BROU AMB VEGETALS I PASTA POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA	CEMA DE VERDURES I CROSTONS (PATATA, ESPINAC, CEBA, PORRO, MONGETA TENDRA I PASTANAGA) ESPIRALS AMB BOLONYESA VEGETAL FRUITA
DILLUNS 18	DIMARTS 19	DIMECRES 20	DIJOUS 21	DIVENDRES 22
MENESTRA DE VERDURES (PASTANAGA, MONGETA TENDRA, CARXOFA, PÈSOLS I PATATA) LLOM ARREBOSSAT AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA	ARRÓS AMB BOLETS OUS AMB TOMÀQUET FRUITA	ENCIAM AMB TOMÀQUET XERRI I PIPES FIDEUA VEGETAL IOGURT	LLENTIES ECO AMB VERDURES (CEBA, PATATA, PASTANAGA, PORRO I TOMÀQUET SOFREGIT) GALL DINDI PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA	MACARRONS ECO INTEGRALS AMB SALSÀ DE FORMATGE POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA
DILLUNS 25	DIMARTS 26	DIMECRES 27	DIJOUS 28	DIVENDRES 29
BLEDES AMB PATATES POLLASTRE A LES FINES HERBES AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA	ESPIRALS ECO INTEGRALS AMB TOMÀQUET I FORMATGE BOTIFARRA A LA PLANXA AMB ENCIAM I COGOMBRE FRUITA	ENCIAM AMB BLAT DE MORO I OLIVES ARRÓS BLANC AMB GALL DINDI PLANXA IOGURT	MONGETES BLANQUES ESTOFADES TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA	PATATES GUISADES AMB PASTANAGA I PÈSOLS POLLASTRE A L'ALLET AMB ENCIAM I OLIVES 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 VALLÈS www.vostracuina.com