

JUNY 2022 FRUITS SECS

		DIMECRES 1	DIJOUS 2	DIVENDRES 3
		ENCIAM AMB TOMÀQUET, COGOMBRE ARRÓS ECO INTEGRAL AMB FRICANDÓ (RODÓ DE VEDELLA TOMÀQUET, CEBA, PORRO I PASTANAGA) IOGURT COOPERATIVA	AMANIDA DE LLENTIES (TOMÀQUET OLIVES I BLAT DE MORO) TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES FRUITA	AMANIDA RUSA POLLASTRE A LA PLANXA AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA
DILLUNS 6	DIMARTS 7	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
ARRÓS INTEGRAL ECO AMB TOMÀQUET CROQUETES DE POLLASTRE AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA	CIGRONS SALTATS (CEBA, PORRO I TOMÀQUET) TRUITA PAISANA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA	ENCIAM AMB OLIVES I BLAT DE MORO PAELLA DE PEIX (PEIX, MUSCLOS I CALAMAR) IOGURT COOPERATIVA	AMANIDA DE PASTA AMB XERRI OLI D'ALFÀBREGA POLLASTRE AL FORN AMB VERDURES FRUITA	GASPATXO AMB CROSTONS O AMANIDA CUS CUS AMB VERDURES, CIGRONS FRUITA
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
AMANIDA DE PATATA (OLIVES NEGRES, TOMÀQUET, POMA) OUS AMB TOMÀQUET I ENCIAM AMB PASTANAGA I COGOMBRE FRUITA DILLUNS 20	BRÒQUIL AMB PATATA BACALLÀ AMB Salsa VERDA I MONGETA SECA FRUITA DIMARTS 21	ENCIAM AMB TOMÀQUET I FORMATGE CUS CUS AMB ESTOFAT DE GALL D'INDI IOGURT COOPERATIVA DIMECRES 22	VICHYSOISE (CREMA DE PORROS FREDA) MACARRONS AMB BOLONYESA VEGETAL (TOMÀQUET I TOFU) FRUITA	AMANIDA D'ARROS INTEGRAL (XERRI, BLAT DE MORO, OLIVES) CIGRONS AMB COMÍ FRUITA
MONGETA VERDA AMB PATATA BACALLÀ AL FORN AMB VERDURES FRUITA	AMANIDA COMPLETA (BLAT DE MORO, TOMAQUET, OLIVES, FORMATGE FRESC) HAMBURGUESA AMERICANA AMB FORMATGE I PATATES FREGIDES GELAT SENSE FRUITA SECA	MACARRONS AMB TOMÀQUET I FORMATGE POLLASTRE ARREBOSSAT I AMANIDA AMB OLIVES I BLAT DE MORO NATILLA DE XOCOLATA		

Fruita del mes: meló, síndria, préssec, cireres, poma, pera i plàtan

PA INTEGRAL

Menú revisat per Marina Perugini. Licenciada 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 VALLES www.vostracuina.com