



**La Vostra Cuina**  
MENJADOR, VALORS I LLEURE



## JUNY 2022 PEIX

DIMECRES 1		DIJOUS 2		DIVENDRES 3	
		ENCIAM AMB TOMÀQUET, COGOMBRE I FRUITS SECS  ARRÓS ECO INTEGRAL AMB FRICANDÓ (RODÓ DE VADELLA 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	MONGETA TENDRA, PATATA I PASTANAGA  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 VERDURES I LLEGUMS  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 I FRUITS SECS  FRUITA	
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17	
AMANIDA DE PATATA (OLIVES NEGRES, TOMÀQUET, POMA I FRUITS SECS)  OUS AMB TOMÀQUET I ENCIAM AMB PASTANAGA I COGOMBRE  FRUITA	BRÒQUIL AMB PATATA  POLLASTRE AMB AMANIDA  FRUITA	ENCIAM AMB TOMÀQUET I FORMATGE  CUS CUS AMB ESTOFAT DE GALL D'INDI  IOGURT COOPERATIVA	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	
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22			
MONGETA VERDA AMB PATATA  TRUITA FRANCESA  FRUITA	AMANIDA COMPLETA (BLAT DE MORO, TOMAQUET, OLIVES, FRUITS SECS, FORMATGE FRESC)  HAMBURGUESA AMERICANA AMB FORMATGE I PATATES FREGIDES  GELAT	MACARRONS AMB TOMÀQUET I FORMATGE  POLLASTRE ARREBOSSAT I AMANIDA AMB OLIVES I BLAT DE MORO  CREPE			

Fruita del mes: meló, síndria, piñassó, círees, poma, pera i plàtan

PA INTEGRAL

Berenars: entrepà, ps amb xocolata, iogurt natural amb torrades 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. 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 VALLÈS www.vostracuina.com