



La Vostra Cuina

MENJADOR, VALORS I LLEURE



DESEMBRE 2020 - SENSE LACTOSA NI PLV

DIVENDRES 30 NOVEMBRE	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4
SOPA D'AU AMB PASTA	CREMA DE VERDURES DE TEMPORADA (s/lactosa ni plv)	PATATA AMB CEBA AL FORN	ARRÒS ECO INTEGRAL AMB BOLETS SALTATS	PÈSOLS AMB PATATES
TRUITA AMB FORMATGE AMB ENCIAM I OLIVES	MACARRONS ECO INTEGRALS AMB BOLONYESA VEGETAL	OUS AMB TOMÀQUET	ESCALOPA* MILANESA DE VEDELLA (s/lactosa ni plv)/ Pollastre arrebossat* AMB ENCIAM I OLIVES	BACALLÀ AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11
FESTA	FESTA	LLENTIES ECO ESTOFADES (CEBA, PORRO, TOMÀQUET, PASTANAGA I PATATES)	MONGETA VERDA AMB PATATEST	CREMA DE PORRO, NAP I MONIATO (s/lactosa ni plv)
		TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I OLIVES	PEIX FRESC AMB ENCIAM I PASTANAGA	POLLASTRE PLANXA AMB ENCIAM I COGOMBRE
		IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18
ESPINACS AMB PATATES	CIGRONS ECO ESTOFATS (CEBA, PORRO, SOFREGIT DE TOMÀQUET)	ENCIAM AMB TOMÀQUET	TALLARINES ECO AMB ORENGA, OLI D'OLIVA	CREMA DE CARBASSA (s/lactosa ni plv)
HAMBURGUESA DE VEDELLA (s/lactosa ni plv)/ GALL D'INDI PLANXA AMB ENCIAM I PASTANAGA	TRUITA DE PATATA I CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES	ARRÒS INTEGRAL AMB ESTOFAT DE GALL D'INDI	LLUÇ AL FORN AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	POLLASTRE ARREBOSSAT* AMB PATATES CHIPS
FRUITA	FRUITA	IOGURT DE SOJA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 21	 <p>"Desembre nevat, bon any de blat"</p> <p>Il·lustració: Nil Palop 5A</p>			
SOPA DE VERDURES AMB GALETS				
POLLASTRE AL FORN AMB PRUNES I PINYONS				
NEULES I TORRONETS (s/lactosa ni plv)/ IOGURT DE SOJA	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 VALLES www.vostracuina.com