

MAIG 2021 - SENSE MARISC

*Al mes de maig, faves a raig*



DILLUNS 3	DIMARTS 4	DIMECRES 5	DIJOUS 6	DIVENDRES 7
ARRÒS AMB VERDURES (CARBASSÓ, PÈSOL, MOGETA TENDRA)	MONGETA TENDRA AMB PATATA	BARREJA D'ENCIAM AMB TOMÀQUET I FORMATGE	AMANIDA MURCIANA (PATATATES, OLIVES, ENCIAM I TOMÀQUET)	EMPEDRAT (MONGETES BLANQUES, PEBROT VERD, TONYINA)
OUS DURS AMB TOMÀQUET, ENCIAM I OLIVES	CIGRONS AMB COMÍ	FIDEUS A LA CASSOLA	POLLASTRE ROSTIT AMB POMA, ENCIAM I BLAT DE MORO	BACALLÀ AL FORN AMB ENCIAM I PASTANAGA
FRUITA	FRUITA	IOGURT COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 10	DIMARTS 11	DIMECRES 12	DIJOUS 13	DIVENDRES 14
AMANIDA DE LLENTIES (TOMÀQUET, OLIVES I BLAT DE MORO)	BLEDES AMB PATATES	ENCIAM AMB PASTANAGA I TOMÀQUET	ESPAGUETI INTEGRAL SALSAS DE TOMÀQUET I FORMATGE	GASPATXO AMB CROSTONS O AMANIDA
TRUITA DE PATATES AMB ENCIAM I TOMÀQUET	POLLASTRE A LALLET AMB ENCIAM I OLIVES	ARRÒS AMB TOMÀQUET I GALL D'INDI PLANXA	PEIX FRESC AL FORN AMB VERDURES AMB ENCIAM I BLAT DE MORO	CUS CUS AMB VERDURES, CIGRONS I FRUITS SECS
FRUITA	FRUITA	IOGURT COOPERATIVA	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 17	DIMARTS 18	DIMECRES 19	DIJOUS 20	DIVENDRES 21
AMANIDA DE PASTA (ESPIRALS, TOMÀQUET, OLIVES I TONYINA)	PÈSOLS SALTATS AMB PATATA, PERNIL I CEBA	ENCIAM, TOMÀQUET XERRY I PIPES	BRÒQUIL AMB PATATA SALTAT AMB OLI DALLS	VICHYSSEOISE (CREMA FREDA DE PORROS I PATATES)
BACALLÀ AL FORN AMB VERDURES	OUS AMB TOMÀQUET	ARRÒS ECO INTEGRAL AMB MANDONGUILLES DE VEDELLA I PORC A LA JARDINERA (PATATA, PÈSOLS, PASTANAGA, MONGETA TENDRA)	GUISAT DE CIGRONS AMB ESPINACS I OU DUR	PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA AMB PATATES FREGIDES
FRUITA	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 24	DIMARTS 25	DIMECRES 26	DIJOUS 27	DIVENDRES 28
<b>FESTA</b>	LLESQUES DE PATATA, CEBA, I TOMÀQUET AL FORN	ENCIAM AMB TOMÀQUET I BLAT DE MORO	AMANIDA DE CIGRONS (TOMÀQUET, BLAT DE MORO, OLIVES, CIGRONS)	MONGETA TENDRA AMB PATATA
	LLENTIES ECO ESTOFADES (CEBA, PORRO, TOMÀQUET I PASTANAGA)	MACARRONS AMB TOMÀQUET I PEIX A LA PLANXA	TRUITA DE PERNIL AMB ENCIAM I PASTANAGA	ESCALOPA DE POLLASTRE AMB ENCIAM I BLAT DE MORO
	FRUITA	IOGURT SOSTENIBLE	FRUITA	FRUITA
DILLUNS 31				
CREMA DE VERDURES				
ESPIRAL AMB BOLONYESA VEGETAL				
<b>FRUITA</b>				

Fruita del mes: poma, pera, platà, taronja, maduixa i préssec

**PA INTEGRAL**

Berenars: entrepà, pa 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. Llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments Màster en dietètica i nutrició humana.  
LA VOSTRA CUINA S.L. Reg. San: 26.12437/8. Av. Egara, 50 08192. SANT QUIRZE DEL VALLÈS www.vostracuina.com