

Menú:

s. CARN

OCTUBRE 2018

CÈSAR AUGUST

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 1

Verdura tricolor (patata, pastanaga i bajoca)
Peix al forn
amb salsa de tomàquet i ceba
Kiwi

Dia 2

Arròs a la marinera (calamar, musclos, gambes,
pèsols, tomàquet, ceba i fumet)
Truita d'espínacs
amb enciam, olives i pastanaga
logurt de fruites

Dia 3

Purè de patata amb rostes
Peix al forn amb all i julivert
amb enciam, moresc i remolatxa
Plàtan

Dia 4

Amanida de pasta amb tonyina (moresc, tomàquet,
olives i pebrot)
Filet de lluç
amb salsa de pebrot vermell
Poma

Dia 5

Fesols estofats amb verdures (ceba, tomàquet,
pebrot)
Croquetes de bacallà
amb enciam, tomàquet i api
Pera

Dia 8

Arròs amb tomàquet
Truita de patata
amb enciam, moresc i remolatxa
Mandarines

Dia 9

Bròquil amb patata
Peix al forn
amb samfaina
Poma

Dia 10

Llenties estofades amb pastanaga (ceba, tomàquet
i duo de pebrot)
Truita d'espínacs
amb enciam, cogombre i olives
Pera

Dia 11

Llacets al pesto (parmesà, pinyons alfàbrega)
Gallineta al forn
a la biscaïna (duo de pebrot, tomàquet i all)
logurt de fruites

Dia 12 FESTA

Dia 15

Espirals a la napolitana amb formatge
Filet de lluç a la planxa
amb enciam, cogombre i pastanaga
Plàtan

Dia 16

Cigrons estofats
Truita de carbassó
amb enciam, brots de soja i olives
Mandarines

Dia 17

Paella de verdures (ceba, tomàquet, pastanaga,
carbassó i duo de pebrot)
Ous al forn
amb salsa de tomàquet
logurt de fruites

Dia 18

Escudella vegetal (cigrons, fesols, a arròs, pastanaga
i col)
Croquetes de bacallà
amb enciam, tomàquet i moresc
Poma

Dia 19

Minestra de verdures (patata, pastanaga i
carbassó)
Peix al forn
a la jardineria
Pera

Dia 22

Llenties estofades amb verdures (ceba, tomàquet,
duo pebrot i pastanaga)
Filet de lluç arrebossat
amb enciam, brots de soja i pastanaga
Poma

Dia 23

Patata amb bajoques
Truita d'espínacs
amb enciam, moresc i remolatxa
Mandarines

Dia 24

Sopa de brou vegetal amb colzets
Peix al forn amb all i julivert
amb patates xips
Pera

Dia 25

Arròs 3 delícies (s.pernil)
Palometa al forn
amb salsa de tomàquet
Plàtan

Dia 26

Macarrons amb tomàquet, tonyina i formatge
Truita de carbassó
amb enciam, tomàquet i olives
Copa de xocolata

Dia 29

Arròs amb tomàquet
Tonyina al forn
amb salsa verda i pèsols
logurt de fruites

Dia 30

Cigrons amb espínacs (ceba, pastanaga,
espínacs i tomàquet)
Rodanxa de lluç arrebossada
amb enciam, olives i brots de soja
Poma

Dia 31

Purè de carbassa amb encenalls de formatge
Ous al forn
amb salsa de tomàquet
Mandarines

Menús revisats per la Dietista Cristina Molina Col. 000629

Cuina Gestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



Cuina Gestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16

