



## “FRUITES I VERDURES PLENES DE COLOR”

Les fruites i les verdures de temporada han de ser de proximitat, així estaran a l'estat òptim de maduració, aroma, sabor i textura.

Aquests dies els mercats són jardins acolorits on trobaràs fruites i hortalisses i estan plenes de color.

La temporada de flors ens obsequia amb una gran varietat de fruites amb sabors únics.

Omple el teu plat amb la riquesa de les fruites i verdures de temporada per estar sa i ple d'energia!!

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
2 (*) Mongeta verda amb patata (*) Rap al forn amb amanida (enciam i pastanaga) Fruita del temps	3 Cigrons estofats amb verdures (porro i pastanaga) (*) Gall dindi al forn amb amanida (enciam i tomàquet) (*) Fruita del temps	4 (*) Crema de carbassó Lluç al forn amb amanida (enciam, cogombre i pastanaga) (*) logurt descremat	5 Bròcoli amb patata (*) Cap de llom al forn amb xampinyons Fruita del temps	
8 Llenties estofades amb hortalisses (*) Gall dindi al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	9 Coliflor al ajorriero (*) Rap al forn amb verdures i patata Fruita del temps	10 (*) Menestra de verdures (*) Cap de llom al forn amb amanida (enciam, blat de moro i olives) (*) Fruita del temps	11 <b>Festa</b>	12 <b>Festa</b>
15 Tricolor de verdures (Mongeta verda, pastanaga i patata) (*) Llom al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) Fruita del temps	16 Mongetes blanques estofades amb hortalisses (*) Tilàpia al forn amb amanida (enciam, blat de moro i tomàquet) Fruita del temps	17 (*) Patata i pastanaga bullida (*) Pernillets de pollastre amb xampinyons Fruita del temps	18 (*) Crema de pastanaga Lluç al forn amb verdures (*) logurt descremat	19 Espinacs saltades amb panses (*) Gall dindi al forn amb amanida (enciam, pastanaga i olives) (*) Fruita del temps
22 Bledes amb patates Botifarra de pagès amb amanida (enciam, tomàquet i pipes de girasol) Fruita del temps	23 (*) Mongeta verda amb patata Wok de gall dindi amb cuscús saltat (*) Fruita del temps	24 (*) Crema de carbassó (*) Cap de llom al forn amanida (enciam, cogombre i pastanaga) Fruita del temps	25 (*) Panatxé de verdures Rap al forn amb patata al caliu Fruita del temps	26 (*) Bròquil amb patata Cuixa de pollastre al romaní amb amanida (enciam i tomàquet) (*) logurt descremat
29 (*) Coliflor amb patata (*) Mandonguilles de porc aal forn amb xampinyons Fruita del temps	30 Llenties estofades amb verdures (*) Lluç al forn amb amanida (enciam, cogombre i tomàquet) Fruita del temps	31 Crema de verdures Contraçuixa de pollastre amb canyella i llimona i amanida (enciam, pastanaga i olives) (*) Fruita del temps	<b>CÀTERING VERDURA - PLANXA</b>	

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat

Els menús son cuinats a part, per caràcter mèdic, cultural i/o religiós