

# MENÚ / SENSE PROTEÏNA LLET DE VACA

Menú revisat per la nostra dietista-nutricionista Mireia Oriol i Noguera, amb el CodiNuCat n° CAT002234.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		1 <b>FESTIU</b>	2 Crema de verdures Pollastre rostit amb all i llimona amb arròs i amanida <b>Postres vegetal</b>	3 Hummus de mongetes blanques amb crostonets Rossejat de fideus de peix i marisc Fruita del temps
6 Arròs tres delícies Botifarra* al forn amb amanida Fruita del temps	7 Verdures de temporada Guisat de cigrons amb bulgur Fruita del temps <b>V</b>	8 Crema de verdures de temporada Gall dindi adobat amb amanida Fruita del temps	9 Amanida de pasta amb olives i tonyina Truita d'espínacs amb amanida <b>Postres vegetal</b>	10 Saltat de mongetes amb all i julivert Peix de mercat amb amanida Fruita del temps
13 Llenties estofades Truita de patates amb amanida Fruita del temps	14 Arròs amb verdures Cap de llom amb el seu rostít i amanida Fruita del temps	15 Crema de verdures de temporada <b>Lasanya vegetal*</b> amb amanida Fruita del temps <b>V</b>	16 Empedrat de cigrons Peix de mercat amb amanida <b>Postres vegetal</b>	17 <b>FESTIU</b>
20 <b>FESTIU</b>	21 Arròs integral amb tomàquet Ous remenats amb amanida Fruita del temps	22 Crema de llegums <b>Croquetes de bacallà*</b> amb amanida Fruita del temps	23 Macarrons amb salsa carbonara vegetal Peix de mercat amb amanida <b>Postres vegetal</b>	24 Verdures de temporada Guisat de mongetes amb quinoa Fruita del temps <b>V</b>
27 Amanida de llenties i pernil <b>Truita francesa amb amanida</b> Fruita del temps	28 <b>Crema torrada*</b> <b>Gall dindi a la planxa amb amanida</b> Fruita del temps	29 Amanida d'enciams amb tomàquet, cogombre i olives Cuscús amb verdures i cigrons Fruita del temps <b>V</b>	30 Arròs cantonès Pollastre teriyaki amb amanida <b>Postres vegetal</b>	31 <b>Espirals a la napolitana</b> Peix de mercat amb amanida Fruita del temps

- Tots els ingredients marcats amb asterisc són sense làctic.
- Els plats s'elaboraran i cuinaran a part de la resta en diferents recipients, estris i olis i es tindrà especial atenció amb la contaminació creuada.