

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 5

Saltejat d'arròs llarg
amb dauets de pebrot, albergínia,
carbassó i tonyina
Fruita del temps

Dia 12

Arròs amb tomàquet
Llom a la planxa
amb dauets de albergínia
Fruita del temps

Dia 19

Patata, carbassa i pèsols
Broqueta de gall dindi
amb dauets de carbassó
logurt natural

Dia 26

Humus de cigrons
amb bastonets de pa i pastanaga
Ou fregit
Fruita del temps

Dia 6

Puré de patata
Filets de sardines amb all i julivert
amb tomàquet al forn
logurt natural

Dia 13

Mongeta tendra amb patata
Gall a la papillota
amb juliana de porro i pastanaga
Fruita del temps

Dia 20

Amanida d'hortalisses (enciam, pastanaga,
remolatxa)
Bacallà arrebossat
amb arròs amb orenga
Fruita del temps

Dia 27

Crema de mongeta tendra amb patata
Lluç al forn
amb salsa de tomàquet
logurt

Dia 7

Sopa de peix amb meravella
Pollastre a la planxa
amb escarola amanida
Fruita del temps

Dia 14

Macarrons al pesto
(pinyons, alfàbrega
i parmesà)
logurt

Dia 21

Amanida variada (enciam, pastanaga, tomàquet,
moresc i olives)
Pa amb tomàquet
i formatge
logurt natural

Dia 28

Sopa de pollastre amb llavors de meló
Truita de patata
amb pa amb tomàquet
Fruita del temps

Dia 1

Espirals amb crema d'espinaç
Pollastre al forn
amb xips de moniato
Fruita del temps

Dia 8

Llenties saltades
amb pastanaga i carbassó
i cous cous
logurt natural

Dia 15

Sopa de peix amb fideus
Truita de carbassó
amb enciam i ceba amanida
Fruita del temps

Dia 22

Crema de carbassó i patata
Ous farcits
amb samfaina
Fruita del temps

Dia 29

Espaguetis amb tomàquet
Hamburguesa vegetal
amb albergínia al forn

Dia 2

Sopa de pollastre amb pistons
Maires a l'andalusa
amb pebrot verd fregit
Fruita del temps

Dia 9

Pèsols, pastanaga i mongeta tendra
Remenat d'ou
amb xampinyons
logurt triturat amb fruites del bosc

Dia 16

Gaspatxo amb crudites
Pèsols saltats
amb dauets de tofu
Fruita del temps

Dia 23

Crema d'espàrrecs amb crostonets de pa
Pollastre a la planxa amb acompanyament
amb carbassó arrebossat
Llesques de taronja amb canella

Dia 30

Pizza cassolana
amb tomàquet natural i tonyina
Fruita del temps

Menús revisats per la Dietista Cristina Molina Col. CAT 000629

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



Cuina Gestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestio

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

