

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 3

Purè de verdures de temporada
Llenties guisades
amb arròs
Fruita del temps

Dia 4

Coliflor amb patata saltejada amb allets
Llom a la planxa
tomàquet al forn
Fruita del temps

Dia 5

Macarrons integral amb rajolí d'oli
Lluç al forn
amb pèsols saltats
Fruita del temps

Dia 6

Arròs amb rajolí d'oli
Truita francesa
amb saltejat mediterrani
logurt Descremat

Dia 7

Purè de pastanaga
Pollastre al forn
amb llit de patata
Fruita del temps

Dia 10

Bleda amb patata
Pit de pollastre a la planxa
amb pebrot al forn
Fruita del temps

Dia 11

Arròs saltat amb rajolí d'oli
Truita francesa
saltejat tradicional
logurt Descremat

Dia 12

Espirals amb rajolí d'oli
Bacallà al forn
amb pèsols saltats
Fruita del temps

Dia 13

Purè de llegums amb verdura
Pollastre forn
amb patata al caliu
Fruita del temps

Dia 14

Minestra de verdures
Vedella a la planxa
amb bolets saltats
Fruita del temps

Dia 17

Macarrons amb rajolí d'oli
Gall dindi a la planxa
amb verdures saltats
Fruita del temps

Dia 18

Llenties saltades
Truita francesa
amb carxofes al forn
Fruita del temps

Dia 19

Sopa vegetal amb pasta integral
Pollastre a la farigola
amb albergínia al forn
Fruita del temps

Dia 20

Arròs amb rajolí d'oli i orenga
Lluç al forn
amb pebrot al forn
logurt Descremat

Dia 21

Mongeta tendra amb patata
Llom a la planxa
amb fesols saltats
Fruita del temps

Dia 24

Patata, carbassó i pastanaga
Peix al forn
amb arròs saltat
Fruita del temps

Dia 25

Cigrons saltats amb rajolí d'oli
Pit de pollastre a la planxa
amb tomàquet al forn
Fruita del temps

Dia 26

Espaguetis amb rajolí d'oli i orenga
Truita francesa
amb albergínia al forn
Fruita del temps

Dia 27

Minestra de verdures
Peix al forn
amb xampinyons saltats
Fruita del temps

Dia 28

Patates amb pèsols
Pollastre al forn
amb saltejat mediterrani
logurt descremat

Dia 31

Mongeta tendra amb patata
Vedella a la planxa
amb carbassó al forn
Fruita del temps

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

Fruita de temps: poma, pera, taronja, kiwi, pinya o plàtan

CuinaGestió 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 CATALANA
PATRIMONI
DE LA HUMANITAT
CANDIDATURA
UNESCO



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

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

