

SETEMBRE 2022

SENSE CARN

SANT JORDI

Dilluns

5 Amanida de cigrons
Assortit de fregits amb xips
Fruita de temporada

Dimarts

6 Pasta a la napolitana
Lluç amb salsa verda
Fruita de temporada

Dimecres

7 Bajoca saltejada (sense
pernil)
Patata farcida de tonyina
logurt

Dijous

8 Lenties estofades amb
verdures
Empanada gallega
Fruita de temporada

Divendres

9 **JORNADA CATALANA**
Arròs amb tomàquet
Truita francesa amb seques
Crema catalana

12 Macarrons napolitana
Filet de lluç arrebossat amb
verdures
Fruita de temporada

13 Crema de pastanaga
Cuetes de rap amb ceba i
tomàquet
Préssec amb almíbar

14 Pastís de patata i tonyi-
na
Peix amb salsa de poma
logurt

15 Amanida de mongeta
tendra
Lluç gratinat amb alloli i
patates
Fruita de temporada

16 Arròs campero
Truita de carbassó amb to-
màquet al forn
Flam

19 Amanida de pasta amb
salsa rosa
Truita de patata i ceba amb
tomàquet al forn
Fruita de temporada

20 Mongeta tendra amb
patata
Peix guisat amb verdures
Fruita de temporada

21 Arròs 3 delícies (sense
pernil cuit)
Hamburguesa de peix amb
amanida
logurt

22 Crema de verdures
Mandonguilles de peix a
la jardinera
Fruita de temporada

23 Ensaladilla russa
Filet de peix al forn amb es-
calivada
Natilla

26 Crema de xampinyons
Filet de peix al forn amb
verdures
Fruita de temporada

27 Pasta a la napolitana
Lluç al forn amb samfaina
Fruita de temporada

28 Mongeta tendra i patata
Truita paisana amb tomà-
quet al forn
logurt

29 Crema de carbassó
Peix a la jardinera
Fruita de temporada

30 Arròs a la cubana
(tomàquet fregit i ou dur)
Crestes de tonyina amb
amanida
Flam

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

Helena Gràcia Gubau
Nutricionista—dietista

