

GUERAU DE LIOST

menú tardor/hivern **OCTUBRE 2020**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
			1	2
			Sopa minestrone (ceba, pastanaga i api)	Arròs ECO amb salsa de tomàquet
			Lluç arrebossat amb patates al caliu	Cuixetes de pollastre rostides amb escarola i taronja
			Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada
5	6	7	8	9
Paella de verdures amb arròs ECO	Ensaladilla russa (patata, pastanaga, pèsols i mongeta tendra)	Llacets ECO amb salsa de tomàquet (amb formatge ratllat a part)	Cigrons ECO estofats	Crema de pastanaga i carbassa (amb rostes de pà)
Mandonguilles de vedella qualitat Q amb salsa de tomàquet i patates fregides	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet ECO, alvocat i ceba	Truita de verdures de temporada amb assortit d'enciams	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i tomàquet	Bacallà al forn amb llit de ceba i porro amb quinoa amb verdures
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Plàtan amb xocolata	logurt natural	Fruita de temporada ECO
12	13	14	15	16
FESTIU	Llenties ECO estofades	Arròs ECO amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó amb rostes de pà	Mongeta tendra amb patata
	Truita de tonyina amb amanida de tomàquet i blat de moro	Pernillets de pollastre al forn amb espinacs amb panses i ceba	Lluç arrebossat amb amanida d'enciam i pastanaga	Botifarra de porc a la planxa amb assortit d'enciams i fruita de temporada
	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Natilla
19	20	21	22	23
Crema de verdures amb patata (amb rostes de pà)	Paella de peix amb arròs ECO	Cigrons ECO estofats amb verdures	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Macarrons ECO a la napolitana (amb formatge ratllat a part)
Rabes de sípia arrebossades amb samfaina	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i col lombarda	Salmó al forn amb salsa i amanida de remolatxa i cogombre
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
26	27	28	29	30
Llenties ECO estofades	Crema de porros (amb rostes de pà)	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) (amb formatge ratllat a part)	Lluç al forn amb llit de verdures	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO