

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO (125g) a la napolitana	Llenties (100g) ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata (75g) i pastanaga)	Arròs ECO integral (80g) amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó amb rostes de pà (10g)
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita de formatge amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes (100g) ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida capresse
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO + pà 20g	Fruita de temporada + pà 20g	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro (amb rostes de pà)	Arròs (90g) 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons (100g) ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata (100g)	Macarrons integrals (125g) ECO al pesto
Gall d'indi a la cassola (patata 25g)	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa (25g) saltejada amb verdures	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties (100g) ECO estofades	Crema de carbassa	Patates (125g) a la marinera	Arròs (90g) ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta (50g) ECO amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals (125g) ECO a la bolonyesa (formatge ratllat a part)	Lluç al forn amb salsa verda	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO + pà 20g	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO + pà 20g
30	31			
Arròs (90g) ECO a la cassola	Mongetes vermelles (125g) ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO (225g) a la napolitana Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre Fruita de temporada (100g)	Llenties (202g) ECO estofades Truita de formatge amb amanida de tomàquet i pastanaga Fruita de temporada ECO (100g) + pa integral 20g	Verdura tricolor (bròquil (100g) patata (150g) i pastanaga (100g)) Pernillets de pollastre al forn amb amanida d'enciam Fruita de temporada (100g) + pa integral 40g	Arròs ECO integral (180g) amb salsa de tomàquet i mig ou dur Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba Fruita de temporada (100 g)	Crema de carbassó (patata 150g) amb rostes de pa (10g) Mongetes (135g) ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida capresse logurt natural sense ensucrar (edulcorant 5 gotes)
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro (patata 100g) Gall d'indi a la cassola (patata 50g) Fruita de temporada (100g)+ pa integral 40g	Arròs (202g) 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita) Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets Fruita de temporada (100g)+ pa integral 20g	Cigrons (247g) ECO estofats amb verdures (sense patata) Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant)	Mongeta tendra (125g) amb patata (150g) Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa (135g) saltejada amb verdures Fruita de temporada (100g)	Macarrons integrals (247g) ECO al pesto Bacallà al forn amb samfaina Macedònia natural (100g)
23	24	25	26	27
Llenties (200g) ECO estofades Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada 100g + pa integral 20g	Crema de carbassa (patata 100g) Espirals (157g) ECO a la bolonyesa (formatge ratllat a part) Fruita de temporada (100g)	Patates (250g) a la marinera Lluç al forn amb salsa verda Fruita de temporada (100g)	Arròs (270g) ECO amb poca salsa de tomàquet Truita de carbassó amb assortit d'enciams Formatge fresc (70g) amb fruits secs (20g)	Sopa de pasta (112g) ECO amb brou de peix Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i poc blat de moro Fruita de temporada 100g + pa integral 20g
30	31			
Arròs (247g) ECO a la cassola Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa Fruita de temporada (100g)	Mongetes vermelles (270g) ECO estofades Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant)			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó amb rostes de pà
Rabes de sipia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita de formatge amb amanida de tomàquet i pastanaga	Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb all i julivert i amanida capresse
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro (amb rostes de pà)	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Peix a la planxa amb amanida	Peix a la planxa amb xampinyons saltejats	Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Hamburguesa vegetal a la planxa amb quinoa saltejada amb verdures	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pà)	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i pastanaga)	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada) (formatge ratllat a part)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Peix arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO amb verdures	Mongetes vermelles ECO estofades			
Peix a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Crema de pastanaga			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó amb rostes de pà
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita de formatge amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb all i julivert i amanida capresse
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro (amb rostes de pà)	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pà)	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada) (formatge ratllat a part)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO amb verdures	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Pasta sense gluten a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita de formatge amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida capresse
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega)
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta sense gluten amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Pasta sense gluten a la bolonyesa (carn de porc)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	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 ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita francesa amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat natural amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida de tomàquet
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita de formatge amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernillets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat natural amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida capresse
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Pasta sense gluten a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita francesa amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernillets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida de tomàquet
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrans ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega)
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta sense gluten amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Pasta sense gluten a la bolonyesa (carn de porc)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	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 ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó amb rostes de pà
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita de formatge amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernillets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat natural amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida capresse
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro (amb rostes de pà)	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa (amb rostes de pà)	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet (sense ou)	Crema de carbassó
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Peix a la planxa amb amanida	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida de tomàquet
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro	Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Verdures al vapor	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Flam de vainilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) (sense formatge)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Sipia a la planxa amb all i julivert i assortit d'enciams	Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet (sense ou)	Crema de carbassó
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Peix a la planxa amb amanida	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb botifarra esparracada i amanida de tomàquet
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro	Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Verdures al vapor	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Flam de vainilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals ECO a la bolonyesa (amb carn de porc) (sense formatge)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Sipia a la planxa amb all i julivert i assortit d'enciams	Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet	Crema de carbassó amb rostes de pà
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita francesa amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb all i julivert i amanida capresse
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pà amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada amb verdures	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
Pollastre "El Rei del Galliner" a l'allet amb amanida d'enciam i pastanaga	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada) (formatge ratllat a part)	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	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 ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Mongetes vermelles ECO estofades			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Crema de pastanaga			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2023

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
2	3	4	5	6
9	10	11	12	13
Espirals ECO a la napolitana	Llenties ECO estofades	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó amb rostes de pa
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Truita de formatge amb amanida de tomàquet i pastanaga	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Botifarra a la planxa amb amanida capresse
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
16	17	18	19	20
Crema de coliflor i porro (amb rostes de pa)	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Verdures al vapor	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto
Gall d'indi a la cassola	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contraçuixa de pollastre a la planxa amb quinoa saltejada amb verdures	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Llenties ECO estofades	Crema de carbassa	Patates a la marinera	Arròs ECO amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta ECO amb brou de peix
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 salsa verda i pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Formatge fresc amb fruits secs	Fruita de temporada ECO
30	31			
Arròs ECO a la cassola	Crema de pastanaga			
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives			
Fruita de temporada ECO	logurt natural			