

GUERAU DE LIOST menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties (160g) ECO estofades	Crema de pastanaga		Arròs ECO integral (100g) amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO (135g) a la carbonara		Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs (80g) 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro (patata 75g)	Cigrons (150g) ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata (100g)	Macarrons integrals (125g) ECO al pesto
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa (25g)	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO + pa integral	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata 50g i carbassa)	Crema de pastanaga	Amanida de patates (125g)	Arròs integral (100g) amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (120g) (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO (180g) estofades	Espirals ECO (125g) a la bolonyesa (soja texturitzada)	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó (75g patata)				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO + pa integral				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties (225g) ECO estofades	Crema de pastanaga		Arròs ECO integral (200g) amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Lluç a la planxa amb espaguetis ECO (120g) a la carbonara		Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Fruita de temporada ECO (120g)		Fruita de temporada (120 g)	
16	17	18	19	20
Arròs (200g) 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro (patata 150g)	Cigrons (225g) ECO estofats amb verdures (sense patata)	Mongeta tendra (125g) amb patata (200g)	Macarrons integrals (220g) ECO al pesto
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa (90g)	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada (120g)	Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant) + pa integral 20g	Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Macedònia natural (120g)
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata 50g i carbassa)	Crema de pastanaga	Amanida de patates (225g)	Arròs integral (200g) amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (200g) (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO (200g) estofades	Pollastre a la planxa amb espirals ECO (120g) a la bolonyesa (soja texturitzada)	Lluç al forn amb salsa verda	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i poc blat de moro
logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant) + pa integral 20g	Fruita de temporada (120g)	Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Fruita de temporada 120g + pa integral 20g	Fruita de temporada 120g + pa integral 20g
30				
Crema de carbassó (150g patata)				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet		Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro (amb rostes de pà)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	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 amanida de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó (amb rostes de pà)				
Peix a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet		Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro (amb rostes de pà)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	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 de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó (amb rostes de pà)				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet		Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega)
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet i tonyina	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet		Lluç arrebossat natural amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara		Lluç arrebossat natural amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	Espirals ECO amb salsa de tomàquet i tonyina	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga	Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet		Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega)
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	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
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet i tonyina	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
logurt sense lactosa	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara		Lluç arrebossat natural amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro (amb rostes de pà)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	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 de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó (amb rostes de pà)				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet (sense ou)	
Peix a la planxa amb amanida	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet		Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs amb salsa de tomàquet	Crema de coliflor i porro	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Sopa de pasta sense ou	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	Espirals ECO amb salsa de tomàquet i tonyina	Lluç al forn amb salsa verda i pèsols	Hamburguesa a la planxa amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi a la planxa amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet	
Truita francesa amb amanida de tomàquet i pastanaga	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet		Lluç a la planxa amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Empedrat de mongetes (tomàquet, pebrot, ceba i olives)
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó (amb rostes de pa)				
Pollastre a la planxa amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara		Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Crema de coliflor i porro (amb rostes de pà)	Sopa de pasta	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto
Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	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 de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pèsols	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	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
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó (amb rostes de pà)				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

GUERAU DE LIOST

menú temporada calor SETEMBRE 2024

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
9	10	11	12	13
Sopa de pasta	Crema de pastanaga		Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara		Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO		Fruita de temporada ECO	
16	17	18	19	20
Arròs amb salsa de tomàquet	Crema de coliflor i porro	Sopa de pasta	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto
Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	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 de quinoa	Bacallà al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
23	24	25	26	27
Verdura tricolor (Mongeta tendra, patata i carbassa)	Crema de pastanaga	Amanida de patata (tomàquet, olives verdes, blat de moro, ou dur)	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta
Pollastre a la planxa amb patata	Espirals ECO amb salsa de tomàquet i tonyina	Lluç al forn amb salsa verda sense pèsols	Truita de carbassó amb assortit d'enciams	Pit de gall d'indi arrebossat amb amanida de tomàquet i blat de moro
logurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
30				
Crema de carbassó (amb rostes de pà)				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				