

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 pa)	Cigrons ECO estofats amb verdures	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 pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa (pastanaga, blat de moro i olives)	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 pa)				
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa				
Fruita de temporada ECO				

