

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO (125g) a la napolitana	Trinxat de col i patata (125g)	Crema de bolets amb rostes de pa (15g)
		Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Lassanya de llenties (120g) ECO gratinada amb beixamel (carbassa, ceba, salsa de tomàquet)
		Fruita de temporada + pa 20g	logurt natural sense ensucrar	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties (160g) ECO estofades	Crema de pastanaga	Verdura tricolor (bròquil, patata (150g) i pastanaga)	Arròs ECO integral (100g) amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO (135g) a la carbonara	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO (125g) saltejades amb botifarra esparracada
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada + pa 20g	Fruita de temporada ECO	logurt natural sense ensucrar
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata (100g)	Patates al forn amb herbes aromàtiques (125g)	Cigrons (150g) ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals (125g) ECO al pesto
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa (25g)	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO (100g)	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural sense ensucrar	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de pastanaga	Patates (125g) a la marinera	Arròs integral (100g) amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO (120g) estofats amb verdures
Llenties ECO (240g) estofades	Espirals ECO (125g) a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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 sense ensucrar	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GNER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO (225g) a la napolitana	Trinxat de col i patata (200g)	Crema de bolets amb rostes de pa (15g)
		Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Truita francesa amb lassanya de llenties (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
13	14	15	16	17
Llenties (225g) ECO estofades	Crema de pastanaga	Verdura tricolor (bròquil (100g) patata (200g) i pastanaga (100g))	Arròs ECO integral (200g) amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó (patata 100g)
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Lluç a la planxa amb espaguetis ECO (160g) a la carbonara	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Botifarra a la planxa amb mongetes (90g)
Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Fruita de temporada ECO (120g)	Fruita de temporada (120g) + pa integral 20g	Fruita de temporada (100 g)	logurt natural sense ensucrar (5 gotes edulcorant) + pa integral (20g)
20	21	22	23	24
Mongeta tendra (125g) amb patata (200g)	Patates al forn amb herbes aromàtiques (275g)	Cigrons (225g) ECO estofats amb verdures (sense patata)	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals (220g) ECO al pesto
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa (90g)	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO (200g)	Salmó 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)	Macedònia natural (120g)
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de pastanaga	Patates (275g) a la marinera	Arròs integral (220g) amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO (220g) estofats amb verdures
Llenties ECO (200g) estofades	Pollastre a la planxa amb espirals ECO (150g) a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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)	Fruita de temporada 120g	Fruita de temporada 120g

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets amb rostes de pa
		Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Peix planxa amb amanida de tomàquet ECO, alvocat i pastanaga	Lassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (carbassa, ceba, salsa de tomàquet)
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó (amb rostes de pa)
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet	Hamburguesa vegetal amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb all i julivert
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro (amb rostes de pa)	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Hamburguesa vegetal a la planxa amb amanida de quinoa	Peix a la planxa amb xampinyons saltejats	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Truita francesa amb arròs blanc	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada) (formatge ratllat a part)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets amb rostes de pa
		Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Lassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (carbassa, ceba, salsa de tomàquet)
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó (amb rostes de pa)
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet	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
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro (amb rostes de pa)	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Truita francesa amb arròs blanc	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada) (formatge ratllat a part)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred **GENER 2025**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons sense gluten a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Lassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (carbassa, ceba, salsa de tomàquet)
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet	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
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega)
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Pasta sense gluten a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Timbal de lleties saltejades amb ceba, carbassa i salsa de tomàquet
		Fruita de temporada	iogurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Lleties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet	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
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	iogurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	iogurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Lleties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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
iogurt natural	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Lassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (carbassa, ceba, salsa de tomàquet)
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara	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
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENE 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons sense gluten a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Timbal de lleties saltejades amb ceba, carbassa i salsa de tomàquet
		Fruita de temporada	logurt sense lactosa	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita francesa amb amanida d'enciam i pastanaga	Pasta sense gluten amb salsa de tomàquet	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
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro	Macarrons sense gluten al pesto (oli i alfàbrega)
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt sense lactosa	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Pasta sense gluten a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Lassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (carbassa, ceba, salsa de tomàquet)
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara	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
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro (amb rostes de pa)	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO	Lluç al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Timbal de lleties saltejades amb ceba, carbassa i salsa de tomàquet
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet (sense ou)	Crema de carbassó
Peix a la planxa amb amanida	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet	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
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals ECO al pesto (oli i alfàbrega)
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Sopa de pasta sense ou	Paella mixta amb arròs ECO	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets amb rostes de pa
		Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Timbal de lleties saltejades amb ceba, carbassa i salsa de tomàquet
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet	Crema de carbassó
Truita francesa amb amanida de tomàquet i pastanaga	Espaguetis ECO amb salsa de tomàquet	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
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Cigrons ECO estofats amb verdures	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals ECO al pesto
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de mongetes	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Cigrons ECO estofats amb verdures
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Lassanya de llenties ECO gratinada amb beixamel (carbassa, ceba, salsa de tomàquet)
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Llenties ECO estofades	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Botifarra planxa amb patata bullida
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Sopa de pasta	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals ECO al pesto
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de pastanaga	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta
Llenties ECO estofades	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Truita francesa amb amanida
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Sopa de pasta	Crema de pèsols	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Mongetes ECO saltejades amb botifarra esparracada
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Sopa de pasta	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals ECO al pesto
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de pastanaga	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta
Pollastre a la planxa amb patata	Espirals ECO a la bolonyesa (soja texturitzada)	Bacallà 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

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred GENER 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
6	7	8	9	10
		Macarrons integrals ECO a la napolitana	Trinxat de col i patata	Crema de bolets
		Sipia a la planxa amb all i julivert amb amanida de pastanaga i cogombre	Cuixetes de pollastre rostides amb amanida de tomàquet ECO i pastanaga	Truita francesa amb amanida
		Fruita de temporada	logurt natural	Fruita de temporada ECO
13	14	15	16	17
Sopa de pasta	Crema de pastanaga	Verdura tricolor (bròquil, patata i pastanaga)	Arròs ECO integral amb salsa de tomàquet i mig ou dur	Crema de carbassó
Truita de formatge amb amanida d'enciam i pastanaga	Espaguetis ECO a la carbonara	Pernilets de pollastre al forn amb amanida d'enciam i blat de moro	Lluç arrebossat amb espinacs saltejats amb ceba	Botifarra planxa amb patata bullida
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural
20	21	22	23	24
Mongeta tendra amb patata	Patates al forn amb herbes aromàtiques	Sopa de pasta	Crema de coliflor i porro	Macarrons integrals ECO al pesto
Contracuixa de pollastre a la planxa amb amanida de quinoa	Fricandó de vedella qualitat Q amb bolets	Truita francesa amb llesques de pa amb tomàquet i amanida d'enciam i canonges	Paella mixta amb arròs ECO sense pèsols	Salmó al forn amb samfaina
Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	logurt natural	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
27	28	29	30	31
Verdures de temporada saltejades a l'allet	Crema de pastanaga	Patates a la marinera	Arròs integral amb salsa de tomàquet	Sopa de pasta
Pollastre a la planxa amb patata	Espirals ECO amb salsa de tomàquet i tonyina	Bacallà 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