

GUERAU DE LIOST

menú temporada de fred MARÇ 2025

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
3	4	5	6	7
	Arròs 3 delícies (pastanaga, pèsols, truita)	Cigrons ECO estofats amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Macarrons integrals ECO al pesto
	Rabes de sípia arrebossades amb amanida de pastanaga i cogombre	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)	Salmó al forn amb samfaina
	Fruita de temporada ECO	logurt natural ensucrat	Fruita de temporada ECO	Macedònia natural
10	11	12	13	14
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 ensucrat	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
17	18	19	20	21
Verdura tricolor (Pèsols, coliflor i pastanaga)	Mongetes vermelles ECO estofades	Arròs ECO a la cassola (amb cap de llom)	Macarrons integrals ECO a la napolitana	Crema de carbassó
Pollastre a l'allet amb amanida d'enciam i remolatxa	Hamburguesa de vedella qualitat Q a la planxa amb amanida de tomàquet, ceba i olives	Lluç arrebossat amb maionesa i bledes saltejades amb all	Truita de patates amb amanida d'enciam i canonges	Pizza de cigrons
Fruita de temporada ECO	Natilla	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO
24	25	26	27	28
Llenties ECO estofades	Vichyssoise (amb rostes de pa)	Mongeta tendra amb patata	Sopa de pasta ECO amb brou de pollastre	Arròs vaporitzat aromatitzat
Truita de pernil amb amanida d'enciam i tomàquet	Fideuà de peix amb fideus ECO	Costelles de porc a la barbacoa amb assortit d'enciams i pastanaga	Bacallà al forn amb patates xip i amanida d'enciam i poma	Gall d'indi estofat
Fruita de temporada	Fruita de temporada ECO	logurt natural ensucrat	Fruita de temporada ECO	Fruita de temporada ECO
31				
Macarrons integrals ECO a la napolitana				
Truita francesa amb assortit d'enciams				
Fruita de temporada ECO				

