

La Seguidillas

E.Basal

Juny

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

			1 Amanida de mongetes blanques Esc Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	2 Espirals carbonara Esc Lluç marinera Esc Fruita i pa integral
5 Espaguetis a/pesto d'espínacs Hamburguesa de vedella amb tomàquet i olives Fruita i pa integral	6 Amanida campera Estofat g.dindi a/sanfaina Esc Fruita i pa integral	7 Arròs tres delícies Esc Llom amb salsa tomàquet logurt ECO i pa integral	8 Tricolor de verdures Bacallà arrebossat amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	9 Llenties estofades Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
12 Mongetes verdes i patata Contra c. pollo al allet Esc amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	13 Macarrons amb tomàquet Salsitxes de porc a la planxa amb enciam Fruita i pa integral	14 Arròs milanesa Esc Gall Sant Pere arrebossat amb enciam i tomàquet logurt ECO i pa integral	15 Amanida de cigrons Esc Truita de patata i ceba amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	16 Crema carbassó Esc Estofat vedella a/verdures Esc Fruita i pa integral
19 Espaguetis bolonyesa vegetal Pollastre al forn amb enciam Fruita i pa integral	20 Amanida d'arròs vegetal Truita de formatge amb tomàquet natural Fruita i pa integral	21 Amanida de llenties Esc Lluç arrebossat amb enciam i olives logurt ECO i pa integral	22 Amanida russa Pizza de pernil i formatge Esc Gelats i pa integral	

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I PROXIMITAT

Els nostres menús estan revisats per dietistes-nutricionistes col·legiats (núm. CAT 000874 i núm. CAT 001899) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per una alimentació saludable des de la primera infància.

Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat.

En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificada pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'insersió sociolaboral.

Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSIPAC: 26.06772/CAT - RGSEAA: 26.12608/B



ROCA
GASTRONOMIA COL·LECTIVA
GONZALEZ

