

# La Seguidillas

## E.Halal

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 coliflor 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  Pollastre amb salsa de 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  Frankfurt vegetal 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 pollo a/verdu** 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 tonyina i olives 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'inserció sociolaboral.

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

**ROCA**  
GASTRONOMIA COL·LECTIVA  
GONZALEZ

RSIPAC: 26.06772/CAT - RGSEAA: 26.12608/B

**MTC**  
Muntanya i Colls