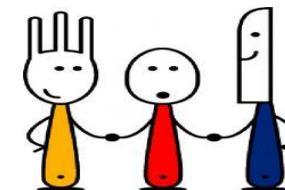





cantábrico
- CATERING DESDE 1975 -



MENÚ					SENSE GLUTEN	GENER 2019
	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3	DIVENDRES 4		
FESTA	FESTA	FESTA	FESTA	FESTA		
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10	DIVENDRES 11		
FESTA	Arròs blanc amb sofregit de tomàquet Pollastre a la planxa amb enciam i moresc Fruita de temporada.	Sopa d'aviram amb pasta Botifarra al forn amb xips Fruita de temporada.	Fideus a la cassola Lluç al forn amb tomàquet i ceba Fruita de temporada.	Llenties amb verdures Hamburguesa de vedella amb amanida Làctic.		
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17	DIVENDRES 18		
Arròs tres delícies Mandonguilles vedella amb salsa espanyola Fruita de temporada.	Patates i mongetes saltades amb bacon Llom a la planxa amb enciam Fruita de temporada.	Macarrons amb picada i tomàquet Filet de lluç planxa amb enciam i cogombre Fruita de temporada.	Escudella catalana Pollastre al chilindrón Fruita de temporada.	Cuit de cigrons estofat Trita de patates amb tomàquet amanit Làctic.		Una mala alimentació, l'estrès, el poc temps que dediquem a descansar, no fer exercici físic, entre uns altres, desgasta l'organisme i ens fa més propensos a agafar virus i infeccions.
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24	DIVENDRES 25		
Espaguetis a la carbonara Hamburguesa de vedella amb enciam i pastanaga Fruita de temporada.	Llenties estofades Pit de pollastre planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada.	Minestra de verdures Estofat de gall dindi amb verduretes Fruita de temporada.	Arròs blanc amb sofregit de tomàquet Lluç a la planxa amb amanida Fruita de temporada.	Sopa maravel·la Salsitxes amb tomàquet Làctic.		Una bona alimentació que reforci la flora intestinal, respectar les hores de descans ,fer exercici físic de forma habitual... Tot això i més fa que estimulem de manera natural el nostre sistema immunològic.
DILLUNS 28	DIMARTS 29	DIMECRES 30	DIJOUS 31			
Espirals gratinats Pit de pollastre planxa amb enciam i cogombre Fruita de temporada.	Crema de verdures (mongeta, carbassó, coliflor) Mandonguilles vedella a la jardinera Fruita de temporada.	Mongetes blanques a la Riojana Trita a la francesa amb amanida tricolor Fruita de temporada.	Paella mixta Lluç a la planxa amb tomàquet amanit Fruita de temporada.			A més d'una bona alimentació amb productes de temporada és una eina afegida que ajudarà a estimular les defenses.