



# MENÚ

## JUNY 2024

### DIETA:

### BASAL

\*Cuinat amb oli d'oliva verge extre / làctic acció social i proximitat/ pa integral de proximitat / aigua de xarxa

\* EL MENÚ POT VARIAR EN FUNCIO DE LA DISTRIBUCIO

### DILLUNS

3

Arròs amb verdures i pèsols  
(pèsols, ceba,all, tomàquet i pastanaga)  
Truita de patata  
Amanida variada  
Fruita del temps

### DIMARTS

4

Crema de carbassa i porro  
Cigrons saltejats amb tomàquet  
(ceba, all i tomàquet)  
Rodanxes de carbassó al forn  
Fruita del temps

### DIMECRES

5

Macarrons integrals amb  
salsa carbonara  
Peix fresc s/mercat  
Amanida variada  
logurt natural

### DIJOUS

6

Amanida de tomàquet, formatge fresc  
olives i salsa pesto (salsa opcional)  
Lentilles estofades amb verdures  
i patata  
(ceba, all, pastanaga i pebrot)  
Fruita del temps

### DIVENDRES

7

Sopa de pollastre i verdures amb arròs  
**(porro, nap, api, pastanaga i pollastre)**  
Pollastre al forn  
amb ceba i poma  
Fruita de temporada

10

Bròquil amb patates  
Llibrets de gall dindi amb  
bastonets d'albergínia  
al forn  
Fruita del temps

11

Crema de **carbassó** i porro  
Espaguetis integrals amb  
bolonyesa de lentilles  
(ceba, all, pastanaga i tomàquet)  
Cogombre amanit  
Fruita del temps

12

Empedrat de mongeta blanca  
(mongeta blanca, pebrot, ceba i olives)  
Estofat de vedella a la jardineria  
(ceba, tomàquet, all, pebrot i pastanaga)  
Fruita del temps

13

Amanida d'arròs  
(tomàquet, blat de moro, pastanaga)  
Ous farcits (tonyina, olives i maionesa)  
Xampinyons a l'allet  
Fruita del temps

14

Cigrons estofats amb espinacs  
(ceba, all, tomàquet i espinacs)  
Peix fresc s/mercat  
Amanida variada  
logurt natural

17

**Verdura s/mercat** amb patata a l'allet  
Lentilles saltejades amb  
verdures i cus cus  
(ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)  
Fruita del temps

18

Arròs amb salsa de tomàquet  
(ceba, tomàquet i pastanaga)  
Truita de carbassó  
Amanida variada  
Fruita del temps

19

Cigrons estofats amb verdures i patata  
(ceba, all, tomàquet, pastanaga i pebrot)  
Hamburguesa de coliflor  
Amanida variada  
Fruita del temps

20

Amanida de pasta integral tropical  
(enciam, pinya i formatge fresc)  
Peix fresc s/mercat  
Pèsols a l'allet  
Fruita del temps

21

### DINAR DE FINAL DE CURS



Vermut  
Pollastre arrebossat  
Amanida variada  
Gelat

