



MENÚ

Setembre 2020

Dilluns	Dimarts 01	Dimecres 02	Dijous 03	Divendres 04
.	.	.		
.	.	.		
.	.	.		

Dilluns 07	Dimarts 08	Dimecres 09	Dijous 10	Divendres 11
			- Tallarins asiàtics amb verdures (1,6) - Perca a la planxa (4) i ensalada (lletuga, tomàtiga) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)	- Ensalada de cigrons amb tomàtiga, pebre i ceba (12) - Carbonada de vedella (12) i patata al forn (12) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)

Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
- Crema de carbassó (12) - Pilotes amb tomàtiga (1,6,12) i couscous amb verdures (1) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)	- Cuinat de mongetes blanques (12) - Truita de patates (3) i ensalada (lletuga, tomàtiga) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)	- Ensalada de pasta ECO (1,4,12) - Salmó a la planxa (4) i pastanaga saltejada - Fruita de temporada i pa blanc (1,6,7)	- Crema de llegums (12) amb crostons (1,6,7) - Cuixetes de pollastre al forn amb llimona i ensalada (lletuga, blat de les índies) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)	- Ensalada amb indiot i formatge (7,12) - Paella mixta (2,12,14) - Iogurt natural (7) i pa integral (1,6,7)

Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
- Sopa minestrone amb galets ECO (1) - Ous bollits (3) i ensaladilla russa (3,6,12) - Iogurt natural (7) i pa integral (1,6,7)	- Cuinat de cigrons amb espinacs (12) - Pitera de pollastre a les fines herbes i ensalada (lletuga, pastanaga (12) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)	- Crema de verdures (12) - Guisat de lluç amb patates (4,12) - Fruita de temporada i pa blanc (1,6,7)	- Arròs ECO 3 delícies (1,3,6) - Escalopa de magre de porc (1,6) i ensalada (lletuga, tomàtiga, olives (12) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)	- Pasta integral a la napolitana (1,12) amb formatge (7) - Perca en adob al forn (4) i ensalada (lletuga, blat de les índies) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)

Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30	Dijous	Divendres
- Cuinat de lletíes ECO amb bledes (12) - Lluç arrebossat (1,4) i ensalada (lletuga, tomàtiga) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)	- Sopa de peix amb arròs integral (4,12) - Llom a la planxa i pèsols saltejats amb bacó (6,7) - Fruita de temporada i pa integral (1,6,7)	- Spaguetti a la carbonara (1,6,7) - Cuixetes de pollastre "a l'ajillo" i ensalada (lletuga, pastanaga, olives (12) - Iogurt natural (7) i pa blanc (1,6,7)		

La beguda sempre serà aigua

ECO: producte ecològic

Comerç just.



Una selecció de les espècies i de l'arròs emprat a les nostres elaboracions són de comerç just.

newrest

Menús revisats i aprovats per la nostra Dietista/Nutricionista.
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica. Nº Col. MAD00357



LA NOSTRA PROPOSTA DE SOPARS PER AQUES MES ES:

DIMARTS - 01		DIMECRES - 02		DIJOUS - 03		DIVENDRES - 04			
DILLUNS - 07		DIMARTS - 08		DIMECRES - 09		DIJOUS - 10		DIVENDRES - 11	
						Ous remenats amb bolets, espàrrecs i formatge parmesà Lacti		Sèpia a la planxa amb tomàtiga i carbassó provençal Fruita	
DILLUNS - 14		DIMARTS - 15		DIMECRES - 16		DIJOUS - 17		DIVENDRES - 18	
Sèpia a la planxa amb tomàtiga i carbassó provençal Fruita		Llenguado en papillota amb all i julivert. Pèsols saltejats amb cuixot Fruita		Vedella saltejada amb pebres, mongetes tendres i salsa de soia Lacti		Ensalada taboulé de bulgur amb ou bullit i tonyina Fruita		Conill “a l’ajillo” amb patata panadera, ceba i pastanaga Fruita	
DILLUNS - 21		DIMARTS - 22		DIMECRES - 23		DIJOUS - 24		DIVENDRES - 25	
Rap en salsa marinera i arròs pilaff amb bròquil Fruita		Lasagna casolana de verdures i soia texturitzada Fruita		Cuixes d’indiots al forn amb prunes. Minestra de verdures Fruita		Truita francesa amb cuixot i formatge. Ensalada de pebres torrats Fruita		Crema de carbassa amb cigrons Lacti	
DILLUNS - 28		DIMARTS - 29		DIMECRES - 30					
Sandvitx club amb ou escalfat, alvocat i tomàtiga Lacti		Daurada al forn. Albergínies a la parmesana. Fruita		Curry de llagostins amb cigrons i espinacs. Arròs integral. Fruita					

En compliment amb el Reglament UE 1169/2011 d'informació alimentària facilitada al consumidor, indiquem els al·lèrgens presents als nostres menús segons el següent codi numèric:

1 Gluten, 2 Crustacis, 3 Ous, 4 peix, 5 Cacauets, 6 Soia, 7 Llet, 8 Fruits de closca, 9 Api, 10 Mostassa, 11 Sèsam, 12 Diòxid de sofre i sulfits, 13 Tramussos, 14 Mol·luscs.

En compliment amb la Llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició, posem a disposició del seu centre, a través de la nostra pàgina web, la descripció completa d'ingredients empleats i al·lèrgens que pugui contenir cada plat del menú. Sol·liciteu més informació al seu centre.

Abans d'imprimir o sol·licitar una còpia impresa d'aquest menú, pensi bé si és necessari fer-ho. El medi ambient és qüestió de tots.

