

Menú General

setembre de 2023

La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar. Per trempar en cru l'oli és Oli d'Oliva Verjo Extra de 1a premsió en fred.

Les fruites d'aquest mes són: meló, melicotó, nectarina, pera, poma, plàtan.

Els productes ecològics del menú són: ciurons, carabassa, pastanaga, porros, ceba.

| 12 | 13 | 14 | 15 | |
|--|--|---|---|--|
| ENSALADA CESAR (lletuga romana, pollastre, pomesà, crostons de pa) (1,7) | ARRÒS 5 DELICIES (porros, pebre vermell, pastanaga, fruita) (3) | CREMA DE VERDURES (mongetes, pastanaga ecològica, porros ecològics, patata) I MONGETES | PATATES TREMPADES AMB PEBRE VERMELL, PASTANAGA, COLIFLOR I MONGETES (sal, all, pebre dolç, oli d'oliva) | |
| CUIXETA DE POLLASTRE AL FORN AMB LIMONA I ROMANÍ | LLENGUADO AMB Salsa D'ANET (4,7) | RODO DE VEDELLA | HAMBURGUESA MIXTA (6,12) | |
| PATATES ROSTIDES | ENSALADA ESTIVAL (iceberg, tomàtiga, pastanaga, olives verdes) | AMB Salsa DE VERDURES (ceba, pastanaga) I ARRÒS | ENSALADA CAPRESE (tomàtiga, alfabaguera, formatge) (7) | |
| FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA ecològica | FRUITA DE TEMPORADA | |
| Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | |
| Ensalada de cuscús amb ou bullit / Fruita | Pisto de verdures amb patata i llegum / Fruita | Ensalada i lluç al forn amb patata / Fruita | Quiche de verdures / Fruita | |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| CREMA DE CARABASSA (carabassa ecològica, ceba ecològica, porros, patata) | ESPAGUETIS INTEGRALS AL PESTO (1,3,7,8) | CUINAT DE LLENTIES AMB VERDURES (1) (amb carabassa ecològica) | ARRÒS SALTAT AMB VERDURES (porro, pebre vermell, pastanaga i pèsols) □ | FIDEUÀ DE VERDURES (1,3,9) |
| LLIBRETS D'INDIOT AMB FORMATGE I CUIXOT (1,3,7) | LLAMPUGA AL FORN (4) | PITERA DE POLLASTRE AMB CEBA CARAMELITZADA | RAP AL FORN AMB Salsa MARINERA (2,4,14) | TRUITA A LA FRANCESA (3) |
| ENSALADA DE CANONGES (iceberg, canonges, tomàtiga, pastanaga, olives verdes) | PEBRES I Salsa DE TOMÀTIGA | ENSALADA DE BLAT DE LES ÍNDIES (iceberg, espinacs, tomàtiga, pastanaga, blat de les índies) | PASTANAGA I BRÒQUIL AL VAPOR | ENSALADA MEDITERRÀNEA (iceberg, tomàtiga cicerol, germinats) (6) |
| IOGURT NATURAL (7) | FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA ecològica | FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA DE TEMPORADA |
| Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: |
| Espirals de llegum amb verdura / Fruita | Ensalada i truita de patata / Fruita | Sípia amb patata i tomàtiga / Fruita | Trepó amb ciurons i patata / Fruita | Pizza casolana / Fruita |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| CUINAT DE MONGETES BLANQUES AMB VERDURES (amb carabassa ecològica) | ENSALADA DE PATATA AMB OU (patata, tomàtiga, pebre, olives verdes, ou) (3) □ | LLACETS DE PASTA D'ESTIU (tomàtiga, olives negres, alfàbrega, formatge) (1,3,7) □ | CREMA DE PASTANAGA (pastanaga ecològica, ceba ecològica, porros ecològics, patata) I CIURONS | ARRÒS INTEGRAL AMB Salsa DE TOMÀTIGA |
| TRUITA DE PATATA I CEBA (3) | ROTI D'INDIOT AL FORN | RABAS DE CALAMAR (1,2,3,4,14) | LLOM DE PORC ROSTIT AMB Salsa DE TOMÀTIGA | HOKI AL FORN (4) |
| ENSALADA DE POMA (iceberg, fulles de roure, tomàtiga, ceba morada, poma) | BRÒQUIL, TOMÀTIGA CICEROL I SÈSAM (11) □ | ENSALADA DE TARDOR (iceberg, mezclum, pastanaga, blat de les índies) | XAMPINYONS I PATATA | ENSALADA DE TOMÀTIGA CICEROL (iceberg, mesclum, tomàtiga, tonyina) (4) |
| FRUITA DE TEMPORADA | IOGURT NATURAL (7) | FRUITA DE TEMPORADA | FRUITA ecològica | FRUITA DE TEMPORADA |
| Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: | Suggeriment de sopar: |
| Quínoa amb verdures i salmó / Fruita | Ensalada d'arròs i ciurons / Fruita | Bullit de patata, verdures i ou / Fruita | Ensalada i pastís de carabassí / Fruita | Pebres saltats i pollastre amb patates / Fruita |

Legenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos