



SENSE CARN

EL GARGOT

Abril

DEL 1 AL 5
D'ABRIL

DEL 8 AL 12
D'ABRIL

DEL 15 AL 19
D'ABRIL

DEL 22 AL 26
D'ABRIL

DEL 29 AL 30
D'ABRIL

DILLUNS

SETMANA
SANTA

CREMA DE PORROS

TRUITA DE PATATES
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

ARRÒS A LA MILANESA
(ceba, tomàquet i pèsols)

*PEIX AMB SALS
VERDA AL FORN

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA

TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

PASTA A LA
NAPOLITANA (amb
formatge)

TRUITA DE CARBASSÓ
amb tomàquet i olives

Fruita del temps

DIMARTS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb
enciam i remolatxa

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA

PEIX ROSTIT
amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

TASTET:
CRISPETES DE CIGRÓ
CREMA DE CARBASSÓ I
PORRO

PEIX ARREBOSSAT
CASOLÀ amb tomàquet i
olives

Fruita del temps

MENÚ LITERARI DE
SANT JORDI
SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB
LLETRES

PEIX ARREBOSSAT
CASOLÀ amb amanida

GELATINA ROSA

LLENTIES ESTOFADES
AMB MILL

HAMBURGUESA
VEGETAL AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

DIMECRES

CREMA DE
MONGETES
BLANQUES AMB
CARBASSA

PEIX AMB SALS
XIRIVIA I PASTANAGA

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES

PÈSOLS AMB PATATA

Fruita del temps

LLENTIES A LA
RIOJANA

TRUITA DE FORMATGE
Amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET

MACARRONS
BOLONYESA DE
LLENTIES (tomàquet,
ceba i lleties) amb
enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

FIDEUS A LA
CASSOLA AMB
VERDURES

*PEIX AL FORN amb
enciam i olives

logurt natural

ARRÒS AMB VERDURES

*PEIX AL FORN amb
enciam i pastanaga
ratllada

logurt natural

MONGETA TENDRA
AMB PATATA

BUNYOLS DE BACALLÀ
CASOLANS amb enciam
i olives

logurt natural

ARRÒS 3 DELÍCIES
(pèsols, pastanaga, ou)

*PEIX AL FORN amb
tomàquet amanit i olives

Fruita del temps

DIVENDRES

PLAT ÚNIC COMPLET

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES I
ARRÒS

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb patata al caliu

Fruita del temps

PASTA AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA
amb tomàquet amanit

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS AMB
ESPINACS

TRUITA DE FORMATGE
amb amanida

Fruita del temps

Les fruites són de temporada i proximitat: Nespres, albercocs, mandarina, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, poma, plàtan/banana.

Els vegetals i hortalisses són de temporada i proximitat: faves, pèsols, patata, carbassó, mongeta tendra, ceba, api, all, cogombre, porro, bledes, col, espinacs, carxofes, coliflor, bròquil, endívies, xirivía, espàrrecs, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: 100% llegums, l'arròs i la pasta. El dimecres es servirà pa integral, exclusivament.

Els divendres es serveix iogurt natural.

*Els peixos a servir són: carboner, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda, calamar, canana, potón

Es comprovarà que cap ingredient contingui: CARN



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno
Cuina i lleure
de proximitat