

SENSE OU

Maig

DE L'1 AL 3 DE MAIG

DEL 6 AL 10 DE MAIG

DEL 13 AL 17 DE MAIG

DEL 20 AL 24 DE MAIG

DEL 27 AL 31 DE MAIG

DILLUNS

FESTIU

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA **S/OU**

***PEIX BLANC AL FORN**
amb pastanaga ratllada i
blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÓS

POLLASTRE AL FORN
amb enciam amanit

Fruita del temps

FESTIU

PLAT ÚNIC COMPLET
FIDEUS **S/OU** A LA
CASSOLA AMB
VERDURES I

***SALSITXES** (ceba, all,
pebrot verd i tomàquet)
amb amanida variada

Fruita del temps

DIMARTS

FESTIU

PÈSOLS AMB PATATA

VEDELLA ESTOFADA
Amb verdures i cou-cous
S/OU / arròs

Fruita del temps

ARRÒS AMB VERDURES
(ceba, all, pebrot verd i
vermell, carbassó, pastanaga,
xampinyons, tomàquet,
pèsols)

***PEIX BLANC AL FORN**
amb salsa verda

Fruita del temps

ARRÒS AMB
VERDURES (ceba, all,
pebrot verd i vermell,
carbassó, pastanaga,
xampinyons, tomàquet,
pèsols)

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

LLENTIES A LA
RIOJANA (***CARN**)

***PEIX BLANC AL FORN**
amb enciam i cogombre

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS AMB VERDURES
(ceba, all, pebrot verd i vermell,
carbassó, pastanaga,
xampinyons, tomàquet, pèsols)

***PEIX BLANC AMB
SAMFAINA AL FORN** amb
enciam i cogombre

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSÓ

GALL DINDI AMB
LLIMONA AL FORN amb
puré de patata casolà

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURES

PEIX BLANC AL FORN
amb pastanaga ratllada i
blat de moro

Fruita del temps

ARRÒS AMB
VERDURES (ceba, all,
pebrot verd i vermell,
carbassó, pastanaga,
xampinyons, tomàquet,
pèsols)

GALL DINDI AL FORN
amb enciam en juliana

Fruita del temps

DIJOUS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

CUIXETES DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i remolatxa

logurt natural

VICHISSOYSE AMB
CROSTONS **S/OU**
(patata, porro, nata)

POLLASTRE ROSTIT amb
patata panadera

logurt natural

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA
S/OU

CALAMARS
ARREBOSSATS
CASOLANS **S/OU** amb
enciam i pastanaga

logurt natural

SOPA DE BROU D'AU
AMB PASTA **S/OU**

GALL DINDI AL FORN
Amb poma confitada

logurt natural

CREMA DE PÈSOLS I
VERDURES

***HAMBURGUESA DE
CIGRONS CASOLANA**
amb pastanaga ratllada

logurt natural

DIVENDRES

BRÒQUIL AMB
PATATA

***PEIX BLANC A LA
MARINERA**

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB VERDURES

**GALL DINDI
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/OU** amb enciam i
pastanaga

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS

POLLASTRE AL FORN
amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES
AMB CROSTONS **S/OU**

***PEIX BLANC
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/OU** amb enciam i olives

Fruita del temps

COLIFLOR AMB
PATATA

ESTOFAT DE
POLLASTRE amb
verdures

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, xirivia, 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.

Les **carns i el pollastre** que oferim són de granges de proximitat.. Els divendres es serveix **logurt natural**.

*Els peixos a servir són: **carboner, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda, calamar, canana, potón**, Es comprovarà que cap ingredient contingui: **OU**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure
de proximitat