

EL GARGOT

SENSE PROTEÏNA DE LLET DE VACA

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

TRUITA DE CARBASSÓ
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 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 cous-cous

Fruita del temps

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

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

Fruita del temps

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

TRUITA A LA FRANCESA 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

ARRÓS 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

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

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam en juliana

Fruita del temps

DIJOUS

ARRÓS AMB TOMÀQUET

CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN
amb enciam i remolatxa

logurt **VEGETAL**

VICHISSOYSE AMB *CROSTONS (patata, porro, **nata VEGETAL**)

POLLASTRE ROSTIT amb patata panadera

logurt **VEGETAL**

SOPA DE BROU DE VERDURES AMB PASTA

CALAMARS ARREBOSSATS CASOLANS amb enciam i pastanaga

logurt **VEGETAL**

SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA

GALL DINDI AL FORN
Amb poma confitada

logurt **VEGETAL**

CREMA DE PÈSOLS I VERDURES

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

logurt **VEGETAL**

DIVENDRES

BRÒQUIL AMB PATATA

***PEIX BLANC A LA MARINERA**

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

GALL DINDI ARREBOSSAT CASOLÀ
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

CIGRONS ESTOFATS

TRUITA DE PATATES
amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

CREMA DE VERDURES AMB *CROSTONS

***PEIX BLANC ARREBOSSAT CASOLÀ**
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: Mandarina, taronja, maduixa, poma, pera, plàtan, kiwi

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: All, cebes, porro, espinacs, bledes, enciam,

pastanaga, api, col, col-i-flor, bròquil, xirivia, rave, remolatxa, nap, carbassa

Els aliments ecològics que utilitzem en els nostres menús són: 100% les 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 **iogurt d'origen VEGETAL**.*

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

*Es comprovarà que cap ingredient contingui: **proteïna de llet de vaca***



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

