

SENSE CARN

Juny

DEL 3 AL 7 DE JUNY

DEL 10 AL 14 DE JUNY

DEL 17 AL 21 DE JUNY

DEL 26 AL 29 DE JUNY

DILLUNS

ARRÓS AMB TOMÀQUET

TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA (pastanaga, porro, patata)

TRUITA DE PATATA amb enciam i pastanaga ratllada

Fruita del temps

PASTA A LA NAPOLITANA

TRUITA DE FORMATGE amb tomàquet amanit i olives

Fruita del temps

FESTIU

Sabies què podem fer gelats saludables casolans?

DIMARTS

CIGRONS ESTOFATS AMB PATATA

HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN amb enciam, remolatxa i blat de moro

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE VERDURES AMB CIGRONS I PASTA

*PEIX BLANC AL FORN amb tomàquet amanit i olives

Fruita del temps

MINESTRA DE VERDURES AMB PATATA

*PEIX BLANC GUISAT AMB PATATA I PÈSOLS

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA amb tomàquet amanit

Fruita del temps



DIMECRES

BRÒQUIL I PATATA

*PEIX BLANC GUISAT AMB TOMÀQUET amb vaseta d'arròs

Fruita del temps

ARRÓS AMB VERDURES (ceba, tomàquet, pastanaga, carbassó, pèsols)

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

BUNYOLS DE BACALLÀ CASOLANS amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA I PASTANAGA

*PEIX BLANC AL FORN AMB CEBA I POMA

Fruita del temps

Gelat de maduixa i plàtan
Gelat de menta i xocolata
Gelat de mango
Gelat de fruits vermells i nous

DIJOUS

PASTA A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE

*PEIX BLANC AL FORN amb salsa verda

logurt natural

CREMA DE VERDURES

*PEIX BLANC AL FORN amb salsa de tomàquet i ceba

logurt natural

ARRÓS AMB TOMÀQUET

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida variada

logurt natural

PLAT ÚNIC COMPLET:

ARRÓS AMB VERDURES I TROCETS DE TRUITA i amanida

logurt natural

DIVENDRES

CREMA DE MONGETES BLANQUES I VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA amb tomàquet amanit i olives

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÓS

TRUITA A LA FRANCESA amb amanida variada

Fruita del temps

CREMA DE PÈSOLS I VERDURES

HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN amb patata panadera

Fruita del temps

PASTA A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE

*PEIX BLANC AMB JULIVERT AL FORN amb enciam i blat de moro

Fruita del temps



Les **fruites** són de temporada i proximitat : Nespres, albercocs, préssec, nectarines, síndria, poma, meló, taronja, maduixes, cireres, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, patata, porro, espinacs, bledes, ceba, alls, col, 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 **logurt natural.**

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



Teno
Cuina i lleure de proximitat