



SENSE PORC



EL GARGOT

NOVEMBRE



DE L'1 DE NOVEMBRE

DEL 4 AL 8 DE NOVEMBRE

DEL 11 AL 15 DE NOVEMBRE

DEL 18 AL 22 DE NOVEMBRE

DEL 25 AL 29 DE NOVEMBRE

DILLUNS

Es comprovarà que cap ingredient conté: **PORC**

FESTIU

FIDEUS A LA CASSOLA (S/CARN)

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

LLENTIES ECO ESTOFADES AMB VERDURES

TRUITA DE FORMATGE amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

CREMA DE PÈSOLS I VERDURES

TRUITA DE PATATA amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

DIMARTS

LLENTIES ECO GUISADES AMB DAUS DE PATATA ECO

TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i olives

Fruita del temps

CIGRONS ECO ESTOFATS AMB VERDURES

HAMBURGUESA VEGETAL AL FORN amb puré de patata casolà

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET

ARRÒS ECO DE MUNTANYA (amb verdures i daus de vedella) amb enciam amanit

Fruita del temps

ARRÒS ECO CALDÓS TRES COLORS (pebrots, pastanaga, ceba)

*PEIX BLANC AL FORN amb salsa de porro i pastanaga

Fruita del temps

DIMECRES

SOPA DE BROU DE VERDURES AMB PASTA ECO

POLLASTRE AL FORN amb xampinyons

Fruita del temps

TRINXAT DE COLIFLOR I PATATA ECO (S/CARN)

GALL DINDI A LA LLIMONA amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

SOPA DE BROU D'AU AMB PASTA ECO

POLLASTRE ROSTIT amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLET

PASTA ECO A LA BOLONYESA DE VEDELLA I FORMATGE amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

DIJOUS

ARRÒS ECO AMB TOMÀQUET

*PEIX BLANC AMB JULIVERT AL FORN amb enciam i pastanaga

logurt natural

ARRÒS ECO AMB VERDURETES DE L'HORT (ceba, pebrot, carbassó, pastanaga, xampinyons i tomàquet)

*PEIX BLANC AMB SALSA VERDA AL FORN

logurt natural

PATATES ECO ESTOFADES AMB VERDURES

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

logurt natural

LLENTIES ESTOFADES AMB VERDURES

CROQUETES DE PEIX CASOLANES amb enciam i olives

logurt natural

DIVENDRES

FESTIU

CREMA DE VERDURES (coliflor, carbassa i nap i ceba)

GALL DINDI AL FORN amb patata ECO al forn

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb enciam i blat de moro

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA ECO

GALL DINDI GUISAT AMB VERDURETES i cous-cous

Fruita del temps

MONGETA TENDRA AMB PATATA

POLLASTRE AL FORN amb moniato al forn

Fruita del temps

Les fruites són de temporada i proximitat: raïm, mandarina, kiwi, taronja, pinya.

Fruites de cooperativa social: poma, pera, plàtan, meló.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: xampinyons, bolets, tomàquet, pebrot, cogombre, mongeta tendra, patata ECO, ceba, carbassa ECO, pèsols, naps, cols de Brussel·les, porro, api ECO, alls, bledes, col, bròquil, coliflor, espinacs, carxofes, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els dijous es serveix iogurt natural. S'utilitza sal iodada per cuinar i amanir.

*Els peixos a servir són: Abadejo, gallineta, gall de sant Pere, Llimanda, Maire, Lluc, Potón, calamar, salmó

*Els peixos a servir són: Abadejo, gallineta, gall de sant Pere, Llimanda, Maire, Lluc, Potón, calamar, salmó



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat