

### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

**Dia 4 FESTA**

**Dia 5**

Arròs amb tomàquet  
Filet de lluç al forn amb all i julivert  
amb enciam i olives  
Mandarines

**Dia 6**

Llenties estofades amb pastanaga (ceba,  
tomàquet, pebrot, pastanaga)  
Truita d'espínacs  
amb enciam i moresc  
Taronja

**Dia 7**

Patata, bajoca i pastanaga  
Contra cuixa de pollastre  
guisada a la poma  
Pera

**Dia 8**

Sopa de brou de pollastre amb fideus  
Mandonguilles de porc i vedella  
a la jardinera  
Plàtan

**Dia 11**

Arròs milanesa (pèsols, pebrot i pernil  
dolç)  
Truita de patata  
amb enciam i moresc  
Poma al forn

**Dia 12**

Crema de cigrons  
Llonganissa de pollastre  
amb enciam i tomàquet  
Taronja

**Dia 13**

Col i flor amb patata  
Mandonguilles de vedella  
amb salsa de xampinyons  
Plàtan

**Dia 14**

Macarrons a la bolonyesa (ceba, tomàquet i  
carn picada mixta)  
Lluç al forn  
amb salsa verda i pèsols  
Pera

**Dia 15**

Crema de carbassa (carbassa, patata i  
ceba)  
Pollastre al forn  
amb llit de patata  
logurt natural

**Dia 18**

Patates guisades (ceba, pèsols i tomàquet)  
Croquetes de bacallà  
amb enciam i pastanaga  
Plàtan

**Dia 19**

Minestra de verdures (patata, pèsols,  
pastanaga i bajoca)  
Pollastre guisat  
al xilindró  
Taronja

**Dia 20**

Sopa de l'avia (galets i mini mandonguilles)  
Truita de carbassó  
amb enciam i moresc  
logurt natural

**Dia 21**

Arròs tres delícies (pernil dolç, pèsols i  
pastanaga)  
Filet de lluç al forn  
amb salsa de tomàquet i ceba  
Pinya natural

**Dia 22**

Crema de llegums (fesols i cigrons)  
Hamburguesa de porc i vedella  
amb enciam i remolatxa  
Pera

**Dia 25**

Bròquil amb patata i pastanaga  
Pernilet de pollastre rostits  
amb enciam i brots de soja  
Taronja

**Dia 26**

Espaguetis a la carbonara (ceba, bacó,  
nata)  
Filet de lluç al forn  
amb enciam i pastanaga  
Plàtan

**Dia 27**

Llenties estofades amb verdures  
Truita de pernil dolç  
amb enciam i olives  
logurt natural

**Dia 28**

Arròs amb tomàquet  
Mandonguilles de gall dindi  
amb pastanaga, porro i ceba  
Taronja

**Dia 29**

Crema de carbassó  
Canelons de carn  
amb beixamel  
Pera

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CUINA CATALANA  
PATRIMONI  
DE LA HUMANITAT  
CANDIDATURA  
UNESCO



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

**Dia 4 FESTA**

**Dia 5**

Triturat de patata  
amb carbassó, porro i pastanaga  
i Peix  
logurt

**Dia 6**

Triturat de patata  
amb porro, carbassa i mongeta  
i Vedella  
logurt

**Dia 7**

Triturat de patata  
amb carbassó, pastanaga i mongeta  
i Pollo  
logurt

**Dia 8**

Triturat d'arròs  
amb carbassa, porro i mongeta  
i Gall dindi  
logurt

**Dia 11**

Triturat de patata  
amb pastanaga, porro i mongeta  
i Gall dindi  
logurt

**Dia 12**

Triturat de patata  
amb carbassó, porro i pastanaga  
i Pollastre  
logurt

**Dia 13**

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i carbassó  
i Vedella  
logurt

**Dia 14**

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i mongeta  
i Peix  
logurt

**Dia 15**

Triturat de patata  
amb carbassó, ceba i pastanaga  
i Pollastre  
logurt

**Dia 18**

Triturat de patata  
amb carbassó, carbassa i mongeta  
i Peix  
logurt

**Dia 19**

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i porro  
i Pollastre  
logurt

**Dia 20**

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i mongeta  
i Gall dindi  
logurt

**Dia 21**

Triturat d'arròs  
amb mongeta, carbassó i carbassa  
i Peix  
logurt

**Dia 22**

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i carbassa  
i Vedella  
logurt

**Dia 25**

Triturat de patata  
amb mongeta, carbassó i carbassa  
i Pollastre  
logurt

**Dia 26**

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i porro  
i Peix  
logurt

**Dia 27**

Triturat de patata  
amb carbassó, ceba i pastanaga  
i Gall dindi  
logurt

**Dia 28**

Triturat d'arròs  
amb carbassa, porro i mongeta  
i vedella  
logurt

**Dia 29**

Triturat de patata  
amb pastanaga, carbassó i mongeta  
i pollastre  
logurt

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



[www.facebook.com/c.gestio](https://www.facebook.com/c.gestio)

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

Dia 4 FESTA

Dia 5

Arròs amb tomàquet  
Filet de lluç al forn amb all i julivert  
amb enciam i olives  
Mandarines

Dia 6

Llenties estofades amb pastanaga (ceba,  
tomàquet, pebrot, pastanaga)  
Truita d'espínacs  
amb enciam i moresc  
Taronja

Dia 7

Patata, bajoca i pastanaga  
Contra cuixa de pollastre  
guisada a la poma  
Pera

Dia 8

Sopa de brou de pollastre amb fideus  
Mandonguilles de vedella  
a la jardinera  
Plàtan

Dia 11

Arròs a la milanesa (sense pernil)  
Truita de patata  
amb enciam i moresc  
Poma al forn

Dia 12

Crema de cigrons  
Llonganissa de pollastre  
amb enciam i tomàquet  
Taronja

Dia 13

Col i flor amb patata  
Mandonguilles de vedella  
amb salsa de xampinyons  
Plàtan

Dia 14

Macarrons amb tomàquet  
Lluç al forn  
amb salsa verda i pèsols  
Pera

Dia 15

Crema de carbassa (carbassa, patata i  
ceba)  
Pollastre al forn  
amb llit de patata  
logurt natural

Dia 18

Patates guisades (ceba, pèsols i tomàquet)  
Croquetes de bacallà  
amb enciam i pastanaga  
Plàtan

Dia 19

Minestra de verdures (patata, pèsols,  
pastanaga i bajoca)  
Pollastre guisat  
al xilindró  
Taronja

Dia 20

Sopa vegetal amb galets  
Truita de carbassó  
amb enciam i moresc  
logurt natural

Dia 21

Arròs 3 delícies (sense pernil)  
Filet de lluç al forn  
amb salsa de tomàquet i ceba  
Pinya natural

Dia 22

Crema de llegums (fesols i cigrons)  
Hamburguesa de vedella  
amb enciam i remolatxa  
Pera

Dia 25

Bròquil amb patata i pastanaga  
Pernilets de pollastre rostits  
amb enciam i brots de soja  
Taronja

Dia 26

Espaguetis amb tomàquet i formatge  
Filet de lluç al forn  
amb enciam i pastanaga  
Plàtan

Dia 27

Llenties estofades amb verdures  
Truita de formatge  
amb enciam i olives  
logurt natural

Dia 28

Arròs amb tomàquet  
Mandonguilles de gall dindi  
amb pastanaga, porro i ceba  
Taronja

Dia 29

Crema de carbassó  
Canelons d'espínacs  
amb beixamel  
Pera

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

**Dia 4 FESTA**

**Dia 5**

Arròs saltat amb rajolí d'oli  
Filet de lluç al for amb all i julivert  
amb patata al caliu  
Poma al forn o plàtan

**Dia 6**

Crema de pastanaga  
Truita francesa  
amb arròs blanc  
Poma al forn o plàtan

**Dia 7**

Arròs blanc saltat amb rajolí d'oli  
Contra cuixa de pollastre  
amb patata al caliu  
Poma al forn o plàtan

**Dia 8**

Sopa de brou vegetal amb fideus  
Gall dindi  
amb pastanaga baby  
Plàtan

**Dia 11**

Arròs saltat amb rajolí d'oli  
Truita francesa  
amb dauets de patata  
Poma al forn

**Dia 12**

Crema de pastanaga  
Pit de pollastre a la planxa  
amb dauets de patata  
Poma al forn o plàtan

**Dia 13**

Patates bullides amb rajolí d'oli  
Fricandó de porc a la planxa  
amb pastanaga baby  
Plàtan

**Dia 14**

Macarrons amb rajolí d'oli  
Lluç al forn  
amb dauets de patata  
Poma al forn o plàtan

**Dia 15**

Sopa de sèmola  
Pollastre al forn  
amb patata al caliu  
logurt descremat

**Dia 18**

Crema de patata  
Peix al forn  
amb pastanaga baby  
Plàtan

**Dia 19**

Patata i pastanaga bullida  
Pollastre al forn  
amb arròs blanc  
Poma al forn o plàtan

**Dia 20**

Sopa vegetal amb galets  
Truita francesa  
amb dauets de pastanaga  
logurt descremat

**Dia 21**

Arròs saltat amb rajolí d'oli  
Palometa al forn  
amb dauets de patata  
Poma al forn o plàtan

**Dia 22**

Crema de pastanaga  
Llom a la planxa  
amb arròs blanc  
Poma al forn o plàtan

**Dia 25**

Patata bullida amb rajolí d'oli  
Pernilets de pollastre rostits  
amb pastanaga baby  
Poma al forn o plàtan

**Dia 26**

Espaguetis bullits amb rajolí d'oli  
Filet de lluç al forn  
amb dauets de patata  
Plàtan

**Dia 27**

Crema de pastanaga  
Truita francesa  
amb arròs blanc  
logurt descremat

**Dia 28**

Arròs saltat amb rajolí d'oli  
Llom a la planxa  
amb dauets de pastanaga  
Poma al forn o plàtan

**Dia 29**

Crema de patata  
Pit de pollastre a la planxa  
amb patata panadera  
Poma al forn o plàtan

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CUINA CATALANA  
PATRIMONI  
DE LA HUMANITAT  
CANDIDATURA  
UNESCO



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestio

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



## DILLUNS

## DIMARTS

## DIMECRES

## DIJOUS

## DIVENDRES

Dia 4 **FESTA**

Dia 5

Bròquil saltat  
Filet de lluç al forn amb all i julivert  
amb enciam i olives  
Mandarines

Dia 6

Llenties estofades amb pastanaga (ceba,  
tomàquet, pebrot, pastanaga)  
Truita francesa  
amb enciam i moresc  
Taronja

Dia 7

Bajoques saltades  
Contra cuixa de pollastre  
guisada a la poma  
Pera

Dia 8

Sopa de brou de pollastre amb fideus  
Mandonguilles de porc i vedella  
a la jardinera  
Ni poma ni plàtan

Dia 11

Bròquil saltat  
Truita francesa  
amb enciam i moresc  
Ni poma ni plàtan

Dia 12

Crema de cigrons  
Llonganissa de pollastre  
amb enciam i tomàquet  
Taronja

Dia 13

Coliflor saltada  
Mandonguilles de vedella  
amb salsa de xampinyons  
Ni poma ni plàtan

Dia 14

Macarrons a la bolonyesa (ceba, tomàquet i  
carn picada mixta)  
Luç al forn  
amb salsa verda i pèsols  
Pera

Dia 15

Crema de carbassa (sense patata)  
Pollastre al forn  
amb pèsols saltats  
logurt natural

Dia 18

Pèsols saltats  
Croquetes de bacallà  
amb enciam i pastanaga  
Ni poma ni plàtan

Dia 19

Bajoques saltades  
Pollastre guisat  
al xilindró  
Taronja

Dia 20

Sopa de l'avia (galets i mini mandonguilles)  
Truita francesa  
amb enciam i moresc  
logurt natural

Dia 21

Pèsols saltats  
Filet de lluç al forn  
amb salsa de tomàquet i ceba  
Pinya natural

Dia 22

Crema de llegums (fesols i cigrons)  
Hamburguesa de porc i vedella  
amb enciam i remolatxa  
Pera

Dia 25

Bròquil saltat  
Pernilets de pollastre rostits  
amb enciam i brots de soja  
Taronja

Dia 26

Espaguetis a la carbonara (ceba, bacó, nata)  
Filet de lluç al forn  
amb enciam i pastanaga  
Ni poma ni plàtan

Dia 27

Llenties estofades amb verdures  
Truita de pernil dolç  
amb enciam i olives  
logurt natural

Dia 28

Bajoques saltades  
Mandonguilles de gall dindi  
amb pastanaga, porro i ceba  
Taronja

Dia 29

Crema de carbassó  
Canelons de carn  
amb beixamel  
Pera

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



# Menú:

TRITURAT LAXANT

Novembre 2019

EMB L'OLIVERA

## DILLUNS

Dia 4 **FESTA**

## DIMARTS

Dia 5

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Peix  
logurt

## DIMECRES

Dia 6

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Vedella  
logurt

## DIJOUS

Dia 7

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Pollo  
logurt

## DIVENDRES

Dia 8

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Gall dindi  
logurt

Dia 11

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Gall dindi  
logurt

Dia 12

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Pollastre  
logurt

Dia 13

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Vedella  
logurt

Dia 14

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Peix  
logurt

Dia 15

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Pollastre  
logurt

Dia 18

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Peix  
logurt

Dia 19

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Pollastre  
logurt

Dia 20

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Gall dindi  
logurt

Dia 21

Triturat d'arròs  
amb ceba, porro i mongeta  
i Peix  
logurt

Dia 22

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Vedella  
iogurt

Dia 25

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Pollastre  
logurt

Dia 26

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Peix  
logurt

Dia 27

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i Gall dindi  
logurt

Dia 28

Triturat d'arròs  
amb ceba, porro i mongeta  
i vedella  
logurt

Dia 29

Triturat de patata  
amb ceba, porro i mongeta  
i pollastre  
logurt

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



[www.facebook.com/c.gestio](https://www.facebook.com/c.gestio)

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

**Dia 4** **FESTA**

**Dia 5**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Peix  
logurt

**Dia 6**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Vedella  
logurt

**Dia 7**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Pollo  
logurt

**Dia 8**

Triturat d'arròs  
amb pastanaga i carbassó  
i Gall dindi  
logurt

**Dia 11**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Gall dindi  
logurt

**Dia 12**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Pollastre  
logurt

**Dia 13**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Vedella  
logurt

**Dia 14**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Peix  
logurt

**Dia 15**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Pollastre  
logurt

**Dia 18**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Peix  
logurt

**Dia 19**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Pollastre  
logurt

**Dia 20**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Gall dindi  
logurt

**Dia 21**

Triturat d'arròs  
amb pastanaga i carbassó  
i Peix  
logurt

**Dia 22**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Vedella  
logurt

**Dia 25**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Pollastre  
logurt

**Dia 26**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Peix  
logurt

**Dia 27**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i Gall dindi  
logurt

**Dia 28**

Triturat d'arròs  
amb pastanaga i carbassó  
i vedella  
logurt

**Dia 29**

Triturat de patata  
amb pastanaga i carbassó  
i pollastre  
logurt

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



[www.facebook.com/c.gestio](https://www.facebook.com/c.gestio)

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16

