

GENER FREDOLIC,
ENTRA BUFANT
ELS DITS



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 1 FESTA

Dia 2

Coliflor saltada
Contracuixa de pollastre
amb enciam i moresc
Pera

Dia 3
Espaguetis a la carbonara (nata, ceba i bacó)
Filet de lluç
a la biscaïna (pebrot, tomàquet i ceba)
Ni poma ni plàtan

Dia 6 FESTA

Dia 7 FESTA

Dia 8 INICI DEL CURS

Coliflor saltada
Croquetes de rostit
amb enciam i pastanaga
Fruita en almívar

Dia 9
Macarrons a la bolonyesa (tomàquet, ceba, carn picada)
Filet de lluç guisat
amb salsa de verdures
logurt de fruites

Dia 10
Mongetes tendres saltades
Pollastre al forn
amb enciam i remolatxa
Mandarines

Dia 13
Llenties estofades amb verdures
Varetes de lluç
amb enciam i moresc
Taronja

Dia 14
Bròquil saltat
Llonganissa de porc
amb espinacs saltats
Ni poma ni plàtan

Dia 15
Minestra de verdures
Truita francesa
amb enciam i tomàquet
Pinya natural

Dia 16
Pèsols saltats amb cebeta
Cuetes de rap
amb salsa de tomàquet i ceba
logurt de fruites

Dia 17
Sopa de brou de carn amb pistons
Cuixa de pollastre al forn
amb enciam i pastanaga
Pera

Dia 20
Patata, pastanaga i carbassó
Mandonguilles de gall dindi
amb salsa de tomàquet i ceba
Taronja

Dia 21
Bajoques saltades
Filet de lluç
amb salsa verda i pèsols
Pera

Dia 22
Crema de verdures amb rostes
Hamburguesa de vedella
amb salsa de xampinyons
Poma o plàtan

Dia 23
Crema de llegums
Truita francesa
amb enciam i moresc
Poma o plàtan

Dia 24
Tallarines amb tomàquet i formatge
Pernilets de pollastre
amb enciam i remolatxa
logurt de fruites

Dia 27
Crema de verdures (s.patata)
Llom adobat
amb ceba caramel·litzada
logurt natural

Dia 28
Llenties amb bacon (ceba, pebrot verd i vermell, pastanaga i tomàquet)
Truita francesa
amb enciam i remolatxa
Taronja

Dia 29
Mongetes tendres saltades
Mandonguilles de gall dindi
amb pastanaga, porro i ceba
Ni poma ni plàtan

Dia 30
Minestra de verdures
Rodanxa de lluç arrebossada
amb enciam i pastanaga
Ni poma ni plàtan

Dia 31
Sopa de brou amb colzets
Pollastre al forn
guisat a la taronja
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

