

### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

1	2	3	4
<b>FESTIU</b>	Espaguetis amb salsa de	Cigrons estofats amb espinacs	Bròquil i patata
	Truita a la francesa amb amanida d'enciam i blat de	Hamburguesa de verdures amb enciam i olives	Gall dindi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons
	Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada
7	8	9	10
Crema de llenties vermelles	Mongeta tendra, patata i	Sopa de peix amb pasta	Arròs amb bolets i tomàquet
Nuggets de bròquil* amb enciam i pastanaga	Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i pastanaga	Ous durs amb patata al forn	Llenguadina arrebossada amb enciam i blat de moro
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt
14	15	16	17
Coliflor amb patata	Crema d'arrels (porro, ceba, pastanaga, nap i xirivia)	Pèsols amb patata saltats amb all	Sopa d'au amb arròs
Estofat de vedella amb verdures	Pasta integral a la bolonyesa vegetal	Salmó al forn amb amanida	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
21	22 JORNADA GASTRONÓMICA (ITÀLIA)	23	24
Crema de coliflor i carbassa	Pasta integral amb tomàquet i formatge	Cigrons amb patata i oli d'oliva	Bròquil i patata
Fideuà de marisc amb all i oli	Croquetes de bacallà amb amanida	Truita a la francesa amb enciam i olives	Filet de lluç amb all i julivert-amanida d'enciam i llavors de
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Natilla de vainilla
28	29	30	
Llenties estofades amb ceba,	Bledes amb patata saltats amb all	Brou d'au amb pasta integral	
Croquetes d'espinacs* amb	Bacallà amb samfaina-amanida	Truita de patata i ceba amb	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	

### MÉS LLEGUMS, MENYS CARN PROCESSADA

La ramaderia representa més del 80% de les emissions de la producció agropecuària espanyola i se sustenta majoritàriament de pinsos amb proteïnes importades de l'exterior.

Per aquesta raó i per tots els beneficis que comporta tant econòmicament, com per millorar la nostra salut, no volem que ningú s'oblidi de les llegums en la seva dieta.

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

**Plat calent:** Temperatura de conservació  $\geq 65^{\circ}\text{C}$ . Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

**Plat fred:** Temperatura de conservació  $\leq 8^{\circ}\text{C}$ . Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

Tot el menjar és per a consum immediat.

\*DILLUNS 7: Tots els nuggets de bròquil o meitat bròquil i meitat pollastre.

\*DILLUNS 28: Totes les croquetes d'espinacs o meitat d'espinacs i meitat pollastre.