

SETMANA 2	Dilluns 1-NOVEMBRE	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
HALAL	FESTA	Arròs INTEGRAL* amb salsa de tomàquet	Llenties estofades amb verdures	Pèsols amb patata saltats amb all	Caldo pollastre amb pasta integral
		Filet de lluç a la meunière (amb mantega vegetal i suc de llimona) amb enciam i pastanaga	Croquetes d'espínacs** amb enciam i blat de moro	Pit de pollastre al forn amb salsa d'ametlles i amanida d'enciam i olives	Truita de patata i ceba amb enciam i llavors de carbassa
POSTRE		Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 3	Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
HALAL	Llaços al pesto / Llaços amb tomàquet (a elecció del centre)	Cigrons estofats amb verdures	Arròs amb verdures i tomàquet	Crema de carbassa i mongetes seques	Bròquil i patata
	Hamburguesa de verdures*** amb enciam i olives	Truita a la francesa amb amanida d'enciam i blat de moro	Barretes de peix amb amanida	Bacallà amb samfaina	Gall dindi estofat amb pastanaga, pèsols i xampinyons
POSTRE	Flam de vainilla	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 4	Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
HALAL	Llenties estofades amb ceba, porro, tomàquet	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Sopa de peix amb pasta integral	Arròs amb bolets i tomàquet	Mongetes seques amb verdures
	Nuggets de bròquil**** amb enciam i pastanaga	Rodó de vedella de GERONA al forn amb xampinyons	Ous durs amb patata al forn	Filet de lluç amb all i julivert i amanida d'enciam i llavors de gira-sol	Pollastre al forn i amanida d'enciam i tomàquet
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada
SETMANA 5	Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
HALAL	Coliflor amb patata	Sopa d'au amb arròs	Tallarines amb verdures i salsa de soja (Escoles Bressol: Tallarines amb tomàquet)	Pèsols amb patata saltats amb all	Crema d'arrels (porro, ceba, pastanaga, nap i xirivia)
	Hamburguesa de 100% vedella a la planxa amb amanida	Truita de carbassó amb enciam i blat de moro	Peix al forn amb orenga i amanida d'enciam i llavors de carbassa	Fingers de pollastre amb amanida	Arròs a la bolonyesa vegetal
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 6	Dilluns 29	Dimarts 30			
HALAL	Espirals amb tomàquet	Mongetes seques estofades			
	Truita a la francesa amb enciam i olives	Llenguadina arrebossada amb enciam i blat de moro			
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada			

*L'arròs serà integral sempre que el centre no ens digui el contrari

**Opció de 100% d'espínacs o meitat d'espínacs i meitat pollastre

***Hamburguesa de coliflor

****Opció de 100% de bròquil o meitat de bròquil i meitat pollastre

VOSTRA CUINA SL
Reg. San.: 26.03850-B
AV. ÈGARA, 50 (08192) SANT QUIRZE DEL VALLÈS
TEL. 93 721 20 00 www.vostracuina.com

MENÚ REVISAT PER: MARINA PERUGINI, llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments, màster en dietètica i nutrició humana.

