

SETMANA 1	Dilluns 1 MAIG	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
REGIM	festa	Vichyssoise	Hummus de cigrons amb bastonets de cogombre i pastanaga	Quinoa amb verdures	Espinacs a la catalana
		Cassó amb wok de verdures	Contracuixa de gall dindi a la planxa amb patates a lo pobre	Pollastre a la planxa amb guarnició	Filet de lluç al forn amb all i julivert
		Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
POSTRE					
SETMANA 2	Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
REGIM	Cigrons saltejats amb espinacs i all	Amanida grega (tomàquet, olives negres, formatge feta)	Panache de verdures	Cuscús amb verdures	Bledes amb patata saltats amb all
	Escalopins de pollastre amb verduretes	Truita d'espínacs amb guarnició	Llom de 2 colors amb poma al forn	Cueta de bacallà al forn amb espàrrecs	Seitó en tempura amb guarnició
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt
SETMANA 3	Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
REGIM	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Bròquil i patata	Salmorejo	Empedrat de llegums	Amanida catalana
	Salmó amb verduretes al forn	Galties desossades amb ceba	Maires amb saltat de verdures	Gall dindi amb prunes	Truita paisana amb carbassó a la romana
POSTRE	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 4	Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
REGIM	Amanida de formatge de cabra caramel·litzat amb balsàmic	Minestra de verdures	Mongetes seques amanides	Verdures al forn	Mix de bulgur amb cigrons
	Bacallà al forn amb espàrrecs	Llom saltat amb verdures	Pollastre a la planxa amb xampinyons	Gall dindi amb verduretes	Salmó al forn amb saltat de xampinyons
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada
SETMANA 5	Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 31		
REGIM	Cigrons amanits amb daus de tomàquet i pesto	Carxofes i patata	Pèsols a la catalana		
	Gall dindi amb curri	Garrons de porc al forn	Mero amb tomàquet al forn		
POSTRE	Fruita de temporada	Gelat	Fruita de temporada		

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.



La Vostra Cuina
C A T E R I N G