

SETMANA 5	Dilluns 2-GENER	Dimarts 3	Dimecres 4	Dijous 5	Divendres 6
REGIM	Mix de bulgur amb cigrons	Panaché de verdures	Crema de coliflor	Brou de verdures amb pasta	FESTA
	Escalopins de pollastre amb verdures	Cueta de bacallà al forn amb espàrrecs	Truita d'espínacs amb guarnició	Llom de 2 colors amb poma al forn	
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	
SETMANA 6	Dilluns 9	Dimarts 10	Dimecres 11	Dijous 12	Divendres 13
REGIM	Bròquil i patata	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Sopa de col, api i quinoa	Crema de carbassa	Cuscús amb verdures
	Salmó al forn amb saltat de xampinyons	Filet de lluç al forn amb tomàquet	Galtes desossades amb bolets	Truita paisana amb carbassó a la romana	Botifarra de pollastre amb bolets i amanida
POSTRE	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 1	Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
REGIM	Sopa de ceba i formatge	Amanida de formatge de cabra caramel·litzat amb balsàmic	Cigrons saltejats amb espínacs i all	Carxofes amb llimona	Minestra de verdures
	Pollastre amb pisto de verdures	Garrons de porc al forn	Cassó amb wok de verdures	Conill amb allada	Mero amb tomàquet al forn
POSTRE	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 2	Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27
REGIM	Mongeta tendra i patata saltejats amb all i julivert	Pèsols i ceba saltats amb all	Bledes amb patata saltats amb all	Amanida grega (tomàquet, olives negres, formatge feta)	Verdures al forn
	Maires amb saltat de verdures	Lasanya de verdures	Pebrot farcit amb ou dur i verdures	Filet de lluç al forn amb patates a lo pobre	Cuixes de pollastre amb llorer i fariqola
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Natilla de xocolata	Fruita de temporada
SETMANA 3	Dilluns 30	Dimarts 31	<p>VOSTRA CUINA SL Reg. San.: 26.03850-B AV. ÈGARA, 50 (08192) SANT QUIRZE DEL VALLÈS TEL. 93 721 20 00 www.vostracuina.com</p> <p>MENÚ REVISAT PER: MARINA PERUGINI, llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments, màster en dietètica i nutrició humana.</p>  <p><i>La Vostra Cuina</i> D A T E R I N G</p>		
REGIM	Coliflor i patata	Minestra de verdures			
	Fricandó de vedella amb bolets	Hamburguesa de conill a la planxa amb amanida			
POSTRE	Iogurt	Fruita de temporada			