

SETMANA 5					Divendres 1-ABRIL
REGIM					Amanida grega (tomàquet, olives negres, formatge feta)
POSTRE					Seitó en tempura amb guarnició
					Iogurt
SETMANA 6	Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
REGIM	Mongeta tendra, patata i pastanaga	Crema de carbassa	Bròquil i patata	Sopa de col, api i quinoa	Cuscús amb verdures
	Filet de lluç al forn amb carbassó	Truita paisana amb carbassó a la romana	Gall dindi amb prunes	Salmó al forn amb saltat de xampinyons	Botifarra de pollastre amb bolets i amanida
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt
SETMANA 1	Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15
REGIM	Crema de porros	Brou de verdures	Crema de verdures	Coliflor i patata	FESTA
	Pollastre a la planxa amb xampinyons	Bacallà al forn amb espàrrecs	Llom saltat amb verdures	Gall dindi amb verduretes	
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada	
SETMANA 2	Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
REGIM	FESTA	Mix de bulgur amb cigrons	Amanida de formatge de cabra caramel·litzat amb balsàmic	Carxofes amb llimona	Sopa de ceba i formatge
		Mero amb tomàquet al forn	Garrons de porc al forn	Pollastre amb pisto de verdures	Cassó amb wok de verdures
POSTRE		Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Postre de Sant Jordi
SETMANA 3	Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28	Divendres 29
REGIM	Mongeta tendra i patata saltejats amb all i julivert	Bledes amb patata saltats amb all	Pèsols i ceba saltats amb all	Verdures al forn	Amanida grega (tomàquet, olives negres, formatge feta)
	Maires amb saltat de verdures	Lasanya de verdures	Pebrot farcit amb ou dur i verdures	Cuixes de pollastre amb llorer i farigola	Peix fresc al forn amb patates a lo pobre
POSTRE	Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	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