

SETMANA 2	Dilluns 1-NOVEMBRE	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
RÈGIM	FESTA	Mongetes seques amanides	Espinacs a la catalana	Amanida grega (tomàquet, olives negres, formatge feta)	Mongeta tendra i patata saltejats amb all i julivert
		Maires amb saltat de verdures	Cuixes de pollastre amb llorer i farigola	Pebrot farcit amb ou dur i verdures	Botifarra de pollastre amb bolets i amanida
POSTRE		Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 3	Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
RÈGIM	Minestra de verdures	Vichyssoise	Pèsols a la catalana	Amanida catalana	Cigrons saltejats amb espinacs i all
	Cueta de bacallà al forn amb espàrrecs	Rodó de vedella amb xampinyons	Escalopins de pollastre amb verduretes	Truita d'espinacs amb guarnició	Seitó en tempura amb guarnició
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
RÈGIM	Coliflor i patata	Humus amb bastonets de verdures	Bledes amb patata saltats amb all	Crema de carxofes	Cuscús amb verdures
	Hamburguesa de conill a la planxa amb amanida	Pollastre a la planxa amb guarnició	Filet de lluç al forn amb all i julivert	Contraçuixa de gall dindi a la planxa amb patates a lo pobre	Salmó al forn amb saltat de xampinyons
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
RÈGIM	Sopa de ceba i formatge	Bledes saltat amb all	Crema de coliflor	Mix d'arròs integral, quinoa i mongetes verdes	Amanida de formatge de cabra caramel·litzat amb balsàmic
	Gall dindi amb prunes	Pebrot farcit amb verdures i ou dur	Pollastre al forn amb guarnició	Filet de lluç al forn amb carbassó	Truita paisana amb carbassó a la romana
POSTRE	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt	Fruita de temporada	Fruita de temporada
SETMANA 6	Dilluns 29	Dimarts 30			
RÈGIM	Bròquil i patata	Mix de bulgur amb cigrons			
	Mero amb tomàquet al forn	Gall dindi al curri			
POSTRE	Fruita de temporada	Iogurt			

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  
CATERING