

MENÚ NOVEMBRE 2019 SENSE LLEGUMS

|           | Dilluns  | Dimarts  | Dimecres                                | Dijous   | Divendres                                     |
|-----------|--|--|---|--|---|
|           | 4  | 5  | 6                                       | 7  | 8   |
| Primer    | <b>FESTA DE LLIURE DISPOSICIÓ</b>                | Crema de verdures (patata, carbassó, pastanaga i ceba) | Arròs saltejat amb pastanaga i ceba     | Estofat de patata                                | Arròs a la cubana                             |
| Segon     |  | Lluç al forn   | Pit de gall d'indi a la planxa          | Truita de carbassó                               | Tacs de tonyina amb ceba confitada            |
| Guarnició |  | Enciam i tomàquet                                      | Enciam, blat de moro i olives           | Enciam, cogombre i ceba                          | Tomàquet i blat de moro                       |
| Postre    |  | logurt natural   | Fruita de temporada                     | Fruita de temporada                              | Fruita de temporada                           |
|           | <b>11</b>  | <b>12</b>  | <b>13</b>                               | <b>14</b>  | <b>15</b>                                     |
| Primer    | Bledes amb patata                                | Arròs melós de pollastre                               | Minestra de verdures amb patata         | Espaguetis a la bolonyesa                        | Arròs caldós amb verdures                     |
| Segon     | Pit de pollastre al forn amb salsa de xampinyons | Truita de pernil dolç                                  | Bistec de vedella a la planxa           | Calamars a la planxa saltejats amb ceba i pèsols | Gall d'indi a la planxa amb salsa de tomàquet |
| Guarnició | Enciam, cogombre i olives                        | Enciam, pastanaga i olives                             | Tomàquet i olives                       | Enciam, blat de moro i olives                    | Enciam, cogombre i pastanaga                  |
| Postre    | logurt natural                                   | Fruita de temporada                                    | Fruita de temporada                     | Fruita de temporada                              | Fruita de temporada                           |
|           | <b>18</b>  | <b>19</b>  | <b>20</b>                               | <b>21</b>  | <b>22</b>                                     |
| Primer    | Sopa de fideus                                   | Crema de carbassa i patata                             | Arròs a la cassola amb verdures         | Macarrons amb salsa de tomàquet                  | Patates estofades amb verdures                |
| Segon     | Lluç al forn amb salsa de tomàquet               | Cuixes de pollastre al forn amb salsa de ceba          | Truita d'albergínia                     | Seitó arrebossat amb tires de carbassó           | Fricandó de vedella amb salsa de xampinyons   |
| Guarnició | Enciam, blat de moro i tomàquet                  | Enciam, cogombre i olives                              | Enciam i blat de moro                   | Tomàquet i olives                                | Enciam i pastanaga ratllada                   |
| Postre    | Fruita de temporada                              | logurt natural   | Fruita de temporada                     | Fruita de temporada                              | Fruita de temporada                           |
|           | <b>25</b>  | <b>26</b>  | <b>27</b>                               | <b>28</b>  | <b>29</b>                                     |
| Primer    | Arròs saltejat amb pernil i truita               | Lasanya d'espínacs                                     | Crema de pastanaga i patates            | Estofat de patates amb verdures                  | Sopa de vegetals amb fideus                   |
| Segon     | Gall d'indi amb salsa de xampinyons              | Truita d'albergínia                                    | Salsitxes de porc amb salsa de tomàquet | Lluç a la planxa amb samfaina                    | Pit de pollastre a la planxa                  |
| Guarnició | Enciam, blat de moro i tomàquet                  | Enciam, cogombre i olives                              | Enciam i blat de moro                   | Enciam i pastanaga ratllada                      | Tomàquet i olives                             |
| Postre    | Fruita de temporada                              | logurt natural   | Fruita de temporada                     | Fruita de temporada                              | Fruita de temporada                           |

Aquest menú està elaborat per una nutricionista col·legiada.