

ENTENÇA

Octubre

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

<p>3</p> <p>Crema de verdures</p> <p>Lenties a la jardineria</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>4</p> <p>Macarrons a la carbonara vegetal</p> <p>Pernillets de pollastre al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>5</p> <p>Cigrons estofats</p> <p>Truita de patata i ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>logurt s/sucre i pa integral</p>	<p>6</p> <p>Mongetes verdes i patata</p> <p>Gall de Sant Pere al forn amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>7</p> <p>Arròs integral saltat amb blat de moro, carbassó i ceba</p> <p>Mongetes pintes amb tomàquet</p> <p>Fruita i pa integral</p>
<p>10</p> <p>Sopa de fideus</p> <p>Estofat de vedella amb samfaina</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>11</p> <p>Tricolor de verdures</p> <p>Cigrons saltats amb tomàquet, pastanaga i ceba</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>FESTA</p>	<p>13</p> <p>Arròs integral amb tomàquet</p> <p>Lluç al forn amb enciam, llombarda i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>14</p> <p>Crema de mongetes blanques</p> <p>Truita francesa amb tomàquet i olives</p> <p>logurt s/sucre i pa integral</p>
<p>17</p> <p>Trinxat de col i patata</p> <p>Contra cuixa de pollastre a l'allet amb enciam i olives</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>18</p> <p>Lenties estofades</p> <p>Truita de ceba amb enciam i pastanaga</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>19</p> <p>Saltat de patata, pastanaga i ceba</p> <p>Mongetes blanques estofades</p> <p>Palets de pastanaga</p> <p>logurt s/sucre i pa integral</p>	<p>20</p> <p>Macarrons amb tomàquet</p> <p>Peix blau S/M al forn amb tomàquet i blat de moro</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>21</p> <p>Crema de pèsols</p> <p>Arròs integral a la milanesa vegetal</p> <p>Fruita i pa integral</p>
<p>24</p> <p>Espaguetis amb pesto d'espinaacs</p> <p>Estofat de gall dindi amb verdures</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>25</p> <p>Minestra de verdures i patata</p> <p>Truita de tonyina amb enciam i tomàquet</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>26</p> <p>Cigrons estofats</p> <p>Lluç al forn amb enciam i blat de moro</p> <p>logurt s/sucre i pa integral</p>	<p>27</p> <p>Arròs integral amb verdures</p> <p>Lenties a la jardineria</p> <p>Fruita i pa integral</p>	<p>28</p> <p>Crema de carbassa</p> <p>Llom de porc al forn amb enciam, llombarda i pastanaga</p> <p>Moniato i pa integral</p>
<p>FESTA</p>				

A FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PRÒXIMITAT.

Els nostres menús estan supervisats per dietistes - nutricionistes col·legiats (Núm. CAT000874 i Núm. CAT001899) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable des de la primera infància. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làcties són productes de granja elaborats amb sistemes de producció ecològica. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSIPAC: 26.06772/CAT RGSEAA: 26.12608/B



ROCA
GASTRONOMIA COL·LECTIVA
GONZALEZ

