

Sense porc, llet ni cítrics

Octubre

dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

3 DILLUNS	4 DIMARTS	5 DIMECRES	6 DIJOUS	7 DIVENDRES
Pasta saltada a/xampis i ceba Llenties a la jardineria Fruita i pa integral	Crema de verdures Pernillets pollastre forn amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	Cigrons estofats Esc Trita de patata i ceba amb enciam i pastanaga logurt de soja i pa integral	Mongetes verdes i patata Gall Sant Pere al forn amb enciam i tomàquet Fruita i pa integral	Arròs int a/blat moro, carbassó, ceba Mongetes pintes a/tomàquet Fruita i pa integral
10 DILLUNS	11 DIMARTS	12 DIMECRES	13 DIJOUS	14 DIVENDRES
Sopa de fideus Estofat vedella S/P a/sanf. Esc Fruita i pa integral	Tricolor de verdures Cigrons a/tomàquet, pastan i ceba Fruita i pa integral	FESTA	Arròs integral amb tomàquet Lluç al forn Enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	Crema de mongetes blanques Trita francesa amb tomàquet i olives logurt de soja i pa integral
17 DILLUNS	18 DIMARTS	19 DIMECRES	20 DIJOUS	21 DIVENDRES
Trinxat S/P s/carn Contra c. pollo al allet Esc amb enciam i olives Fruita i pa integral	Llenties estofades Trita de ceba amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral	Macarrons amb tomàquet Mongetes b. estofades Esc logurt de soja i pa integral	Patata, pastanaga i ceba Peix blau S/M al forn amb tomàquet i blat moro Fruita i pa integral	Arròs amb tomàquet Crema pèsols Fruita i pa integral
24 DILLUNS	25 DIMARTS	26 DIMECRES	27 DIJOUS	28 DIVENDRES
Èspaguetis a/pesto d'espinacs Estofat g.dindi S/P a/verdu Esc Fruita i pa integral	Minestra de verdures Trita de tonyina amb enciam i tomàquet Fruita i pa integral	Cigrons estofats Esc Lluç al forn amb enciam i blat de moro logurt de soja i pa integral	Arròs integral a/verdures Esc Llenties a la jardineria Fruita i pa integral	Crema carbassa Esc Pollastre al forn Enciam, llombarda i pastanaga Moniato i pa integral

LA FRUITA SERÀ PLÀTAN DE CANÀRIES, POMES DE LA VALL DE LORD ECOLÒGIQUES, CÍTRICS DE LES TERRES DE L'EBRE I PERA DE LLEIDA.

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 en una cooperativa d'inserció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSIPAC: 26.06772/CAT RGSEAA: 26.12608/B

ROCA
GASTRONOMIA COL·LECTIVA
GONZALEZ

