

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7	8	9	10	11
FESTIU	ESPAGUETIS AMB SALSA DE TOMÀQUET LLUÇ ARREBOSSAT AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS AMB PASTANAGA, BRÒQUIL I MONGETA TENDRA ESTOFAT DE GALL DINDI FRUITA DE TEMPORADA	PURÉ DE PASTANAGA I CARBASSA POLLASTRE AL FORN AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA	CIGRONS ESTOFATS AMB TOMÀQUET I CEBA TRUITA DE CARBASSÓ AMB ENCIAM I OLIVES IOGURT NATURAL
14	15	16	17	18
MONGETA TENDRA I PATATA HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA	LLENTIES GUISADES AMB TOMÀQUET, CEBA I PEBROT LLUÇ AL FORN AMB VERDURES IOGURT NATURAL	PASTA TRICOLOR AMB CEBA I XAMPINYONS TRUITA A LA FRANCESA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	ARRÒS AMB TOMÀQUET POLLASTRE ROSTIT A LA CASSOLA FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE FIDEUS LLIBRETS DE LLOM AMB ENCIAM I TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA
21	22	23	24	25
ARRÒS TRES DELÍCIES CROQUETES DE BACALLÀ AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	MINESTRA DE VERDURES LLOM A L'AMETLLA FRUITA DE TEMPORADA	CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURES PERNILETS DE POLLASTRE IOGURT NATURAL	MACARRONS AMB TOMÀQUET I FORMATGE GRATINAT TRUITA FRANCESA AMB ENCIAM I PASTANAGA FRUITA DE TEMPORADA	PURÉ DE VERDURES SALSITXES DE POLLASTRE AMB SOFREGIT DE TOMÀQUET FRUITA DE TEMPORADA
28	29	30	31	
ARRÒS AMB TOMÀQUET ESCALOPE DE POLLASTRE ARREBOSSADA AMB ENCIAM I BLAT DE MORO FRUITA DE TEMPORADA	MONGETA TENDRA I PATATA MANDONGUILLES A LA JARDINERA FRUITA DE TEMPORADA	SOPA DE PASTA LLUÇ AL FORN AMB CEBA I PEBROT FRUITA DE TEMPORADA	CREMA DE VERDURES CANELONS DE CARN IOGURT NATURAL	

Recorda

- El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.
- D'aquest menú un 25% de la pasta és ecològica.
- El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.
- És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És de proximitat i dues vegades al mes és ecològica.
- Els dijous el pa és integral.
- Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.
- El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.
- Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.

MENÚ REVISAT PER
GEORGINA BERMUDEZ I ARGEMI
Dietista Nutricionista Codinucacat 000047

93 717 83 35

www.gumen-catering.com

Pot resoldre els seus dubtes a:
info@gumen-catering.com
o a través de la nostra web.
GUMEN CATERING,S.L. C/Tamarit 10 (08205)
Sabadell, Barcelona REG/SANITARI 26.05609/