

RÈGIM: SETEMBRE

Dilluns 31 - Agost	Dimarts 1	Dimecres 2	Dijous 3	Divendres 4
Minestra de verdures	Coliflor i patata	Espinacs amb patata i fruita seca	Vichyssoise	Pèsols a la catalana
Truita d'espínacs amb guarnició	Pollastre a la planxa amb guarnició	Contracuixa de gall dindi a la planxa amb patates a lo pobre	Hamburguesa de conill a la planxa amb amanida	Seitó en tempura amb guarnició
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat
Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
Amanida de mongeta tendra i tonyina	Gaspatxo	Coliflor i patata	Brou amb pasta	FESTA
Truita paisana amb carbassó a la romana	Vedella al forn amb xampinyons	Filet de lluç al forn amb all i julivert	Pollastre al forn amb guarnició	
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat/Iogurt (a elecció del centre)	
Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
Panaché de verdures	Cigróns amanits amb daus de tomàquet i pesto	Gaspatxo	Verdures al forn	Amanida de formatge de cabra caramel·litzat amb balsàmic
Escalopins de gall dindi al cava	Bacallà amb samfaina	Galtes desossades amb bolets	Pollastre amb pisto de verdures	Cassó amb wok de verdures
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Gelat/Iogurt (a elecció del centre)	Fruita de temporada
Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
Carxofes amb llimona	Mongetes seques amanides	Risotto de verdures	Amanida grega (tomàquet, olives negres, formatge feta)	Mongeta tendra i patata saltejats amb all
Fricandó de vedella amb bolets	Maires amb saltat de verdures	Cuixes de pollastre amb lloret i farigola	Pebrot farcit amb ou dur i verdures	Botifarra de pollastre amb bolets i amanida
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt
Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30		
<u>DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL</u>	Cigróns saltejats amb espínacs i all	Paella d'arròs integral i bolets		
Espinacs a la catalana	Rodó de vedella amb xampinyons	Escalopins de pollastre amb verduretes		
Cueta de bacallà al forn amb espàrrecs	Fruita de temporada	Iogurt		
Fruita de temporada				

Incloem pa cada dia. Els dimecres i divendres és integral (a elecció del centre).

Productes de proximitat i/o ecològics (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics).

El peix fresc que es servirà serà segons mercat, entre ells poden ser: filet de lluç, llobarro, orada, bacallà, fogaoner, seitó.

Les postres làctiques són elaborades per la cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.

Iogurt sense sucre a elecció del centre.

Utilitzem oli d'oliva per cuinar i amanir i oli de gira-sol alt oleic per fregir.

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Plat calent: Temperatura de conservació $\geq 65^{\circ}\text{C}$. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

Plat fred: Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

Tot el menjar és per a consum immediat.

