

# Menú:

## PETITONS

## Desembre 2018

## EBM MONTSANT

### DILLUNS

### DIMARTS

### DIMECRES

### DIJOUS

### DIVENDRES

**Dia 3**

Arròs amb verdures (tomàquet, ceba, pastanaga, carbassó i porro)  
Escalopa de porc arrebossada amb enciam i olives  
Plàtan

**Dia 4**

Bajoca, pastanaga, coliflor i patata  
Filet de lluç  
amb salsa de tomàquet i ceba  
logurt natural

**Dia 5**

Llenties guisades (sofregit de verdures i tomàquet)  
Truita de patata  
amb enciam i pastanaga  
Mandarines

**Dia 6**

**FESTA**

**Dia 7**

**FESTA**

**Dia 10**

Espirals amb salsa de verdures (ceba, pastanaga, porro)  
Filet de lluç arrebossat  
amb enciam i pastanaga  
Pera

**Dia 11**

Patata i bajoca  
Mandonguilles de gall dindi  
amb xampinyons i pèsols  
Mandarines

**Dia 12**

Escudella catalana amb verdures (cigrons, fesols, col i pastanaga)  
Truita de carbassó  
amb enciam i moresc  
Taronja

**Dia 13**

Arròs tres delícies (pernil dolç, ou, ceba, pèsols i pastanaga)  
Croquetes de rostit  
amb enciam i olives  
Poma

**Dia 14**

Crema de pastanaga  
Pollastre rostit  
amb llit de patata  
logurt natural

**Dia 17**

Patata, pèsols i pastanaga  
Varetes de lluç  
amb enciam i olives  
logurt natural

**Dia 18**

Arròs milanesa (pernil dolç, pèsols i tomàquet)  
Truita a la francesa  
amb enciam i tomàquet  
Mandarines

**Dia 19**

Crema de llegums  
Filet de lluç  
a la marinera  
Taronja

**Dia 20**

Coliflor amb patata  
Hamburguesa de porc i vedella  
amb enciam i moresc  
Poma

**Dia 21**

Sopa de Nadal (mandonguilles i ou dur)  
Pollastre guisat  
a la catalana (ceba, panses i prunes)  
Pera

**Dia 24**

**FESTA**

**Dia 25**

**FESTA**

**Dia 26**

**FESTA**

**Dia 27**

Crema de llegums (patata, cigrons, fesols i ceba)  
Truita de patata  
amb enciam i remolatxa  
logurt natural

**Dia 28**

Sopa de peix amb fideus (ceba, pastanaga, porro i tomàquet)  
Longanissa de porc  
amb enciam i olives  
Taronja

**Dia 31**

Espaguetis amb pernil dolç  
Croquetes de bacallà  
amb enciam i pastanaga  
Mandarines

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



CuinaGestió

Segueix-nos a



[www.facebook.com/c.gestio](http://www.facebook.com/c.gestio)



# Menú:

SENSE CARN

Desembre 2018

EBM MONTSANT

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

**Dia 3**

Arròs amb verdures (tomàquet, ceba, pastanaga, carbassó i porro)  
Rodanxa de lluç arrebossada amb enciam i olives  
Plàtan

**Dia 4**

Bajoca, pastanaga, coliflor i patata  
Filet de lluç  
amb salsa de tomàquet i ceba  
logurt natural

**Dia 5**

Llenties guisades (sofregit de verdures i tomàquet)  
Truita de patata  
amb enciam i pastanaga  
Mandarines

**Dia 6**

**FESTA**

**Dia 7**

**FESTA**

**Dia 10**

Espirals amb salsa de verdures (ceba, pastanaga, porro)  
Filet de lluç arrebossat  
amb enciam i pastanaga  
Pera

**Dia 11**

Patata i bajoca  
Ous al forn  
amb xampinyons i pèsols  
Mandarines

**Dia 12**

Escudella catalana amb verdures (cigrons, fesols, col i pastanaga)  
Truita de carbassó  
amb enciam i moresc  
Taronja

**Dia 13**

Arròs 3 delícies (ceba, pèsols, pastanaga i ou)  
Croquetes de bacallà  
amb enciam i olives  
Poma

**Dia 14**

Crema de pastanaga  
Truita d'espínacs  
amb llit de patata  
logurt natural

**Dia 17**

Patata, pèsols i pastanaga  
Varetes de lluç  
amb enciam i olives  
logurt natural

**Dia 18**

Arròs a la milanesa (sense pernil)  
Truita a la francesa  
amb enciam i tomàquet  
Mandarines

**Dia 19**

Crema de llegums  
Filet de lluç  
a la marinera  
Taronja

**Dia 20**

Coliflor amb patata  
Truita de carbassó  
amb enciam i moresc  
Poma

**Dia 21**

Sopa vegetal amb galets i ou  
Peix al forn  
amb salsa verdures  
Pera

**Dia 24**

**FESTA**

**Dia 25**

**FESTA**

**Dia 26**

**FESTA**

**Dia 27**

Crema de llegums (patata, cigrons, fesols i ceba)  
Truita de patata  
amb enciam i remolatxa  
logurt natural

**Dia 28**

Sopa de peix amb fideus (ceba, pastanaga, porro i tomàquet)  
Peix al forn amb all i julivert  
amb enciam i olives  
Taronja

**Dia 31**

Espaguetis amb tonyina  
Croquetes de bacallà  
amb enciam i pastanaga  
Mandarines

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió



# Menú:

TRITURAT

Desembre 2018

EBM MONTSANT

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 3

Triturat d'arròs  
amb pastanaga, carbassó i porro  
i Vedella  
logurt

Dia 4

Triturat de patata  
amb ceba, pastanaga i mongeta  
i Peix  
logurt

Dia 5

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i porro  
i gall dindi  
logurt

Dia 6

FESTA

Dia 7

FESTA

Dia 10

Triturat de patata  
amb ceba, pastanaga i mongeta  
i Peix  
Pera

Dia 11

Triturat de patata  
amb porro, carbassa i carbassó  
i Gall dindi  
Mandarines

Dia 12

Triturat de patata  
amb pastanga, ceba i mongeta  
i Pollastre  
Taronja

Dia 13

Triturat d'arròs  
amb pastanaga, carbassó i mongeta  
i Vedella  
Poma

Dia 14

Triturat de patata  
amb porro, carbassa i mongeta  
i Pollastre  
logurt natural

Dia 17

Triturat de patata  
amb mongeta, carbassó i carbassa  
i Peix  
logurt natural

Dia 18

Triturat d'arròs  
amb pastanaga, ceba i mongeta  
i Gall dindi  
Mandarines

Dia 19

Triturat de patata  
amb mongeta, pastanaga i porro  
i Peix  
Taronja

Dia 20

Triturat de patata  
amb carbassó, porro i pastanaga  
i Vedella  
Poma

Dia 21

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i carbassó  
i Pollastre  
Pera

Dia 24

FESTA

Dia 25

FESTA

Dia 26

FESTA

Dia 27

Triturat de patata  
amb pastanaga, ceba i porro  
i Gall dindi  
logurt natural

Dia 28

Triturat de patata  
amb carbassa, porro i mongeta  
i Vedella  
Taronja

Dia 31

Triturat de patata  
amb pastanaga, carbassa i mongeta  
i Peix  
Mandarines

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



CuinaGestió

Segueix-nos a



[www.facebook.com/c.gestio](http://www.facebook.com/c.gestio)

