

Menú:

PETITONS

Juliol 2019

EBM MONTSANT

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 1

Arròs amb tomàquet
Truita de carbassó
amb enciam i pastanaga
Meló

Dia 2

Patates guisades (pebrot, tomàquet triturat,
ceba i pèsols)
Hamburguesa de porc i vedella
amb salsa de tomàquet
Síndria

Dia 3

Llenties amb verdures
(ceba, duo de pebrot, pastanaga,
tomàquet i patata)
Plàtan

Dia 4

Bajoques amb patata
Pollastre guisat al forn
amb samfaina
logurt natural

Dia 5

Macarrons a la napolitana amb formatge
Lluç guisat
amb ceba caramel·litzada
Pera

Dia 8

Puré de patata
Mandonguilles de porc i vedella
a la jardinera
Síndria

Dia 9

Crema de llegums
(ceba, fesols i
cigrons)
Poma al forn

Dia 10

Tallarines amb tomàquet
Lluç al forn
amb ceba i tomàquet
Préssec

Dia 11

Bròquil, pastanaga i patata
Pollastre al forn
amb enciam i olives
logurt natural

Dia 12

Arròs 3 delícies (pernil, pèsols, ou, ceba i
pastanaga)
Truita d'espínacs
amb enciam i tomàquet
Meló

Dia 15

Espaguetis a la napolitana i formatge
Filet de lluç al forn
amb patates a daus
Síndria

Dia 16

Cigrons amb espínacs
(tomàquet ceba, pastanaga
i espínacs)
Nectarina

Dia 17

Crema de porros (ceba, porro i patata)
Pollastre rostit al forn
al xilindró
logurt natural

Dia 18

Arròs amb tomàquet
Filet de lluç
amb salsa verda
Plàtan

Dia 19

Patata, pèsols i pastanaga
Rodó de gall dindi
amb salsa de xampinyons
Meló

Dia 22

Arròs amb verdures (pebrot, pastanaga,
carxofa, ceba i toLàquet)
Truita de patata
aLb enciaL i pastanaga
Meló

Dia 23

Coliflor amb patata
Pernillets de pollastre
amb enciam i tomàquet
logurt natural

Dia 24

Llacets amb tomàquet i formatge
Lluç al forn
a la marinera
Pera

Dia 25

Llenties estofades amb verdures
(ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
i tomàquet)
Síndria

Dia 26

Verdura a daus al vapor (carbassó,
patata i pastanaga)
Canelons de carn
amb beixamel
Plàtan

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:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

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



Menú:

SENSE CARN

Juliol 2019

EBM MONTSANT

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 1

Arròs amb tomàquet
Truita de carbassó
amb enciam i pastanaga
Meló

Dia 2

Patates guisades (pebrot, tomàquet triturat,
ceba i pèsols)
Peix al forn
amb salsa de tomàquet
Sindria

Dia 3

Llenties amb verdures
(ceba, duo de pebrot, pastanaga,
tomàquet i patata)
Plàtan

Dia 4

Bajoques amb patata
Ous al forn
amb samfaina
logurt natural

Dia 5

Macarrons a la napolitana amb formatge
Lluç guisat
amb ceba caramel·litzada
Pera

Dia 8

Puré de patata
Ous al forn
a la jardinera
Sindria

Dia 9

Crema de llegums
(ceba, fesols i
cigrons)
Poma al forn

Dia 10

Tallarines amb tomàquet
Lluç al forn
amb ceba i tomàquet
Préssec

Dia 11

Bròquil, pastanaga i patata
Rodanxa de lluç arrebossada
amb enciam i olives
logurt natural

Dia 12

Arròs 3 delícies (s.pernil)
Truita d'espínacs
amb enciam i tomàquet
Meló

Dia 15

Espaguetis a la napolitana i formatge
Filet de lluç al forn
amb patates a daus
Sindria

Dia 16

Cigrons amb espínacs
(tomàquet ceba, pastanaga
i espínacs)
Nectarina

Dia 17

Crema de porros (ceba, porro i patata)
Ous al forn
al xilindró
logurt natural

Dia 18

Arròs amb tomàquet
Filet de lluç
amb salsa verda
Plàtan

Dia 19

Patata, pèsols i pastanaga
Ous al forn
amb salsa de xampinyons
Meló

Dia 22

Arròs amb verdures (pebrot, pastanaga,
carxofa, ceba i toLàquet)
Truita de patata
aLb enciam i pastanaga
Meló

Dia 23

Coliflor amb patata
Peix al forn amb all i julivert
amb enciam i tomàquet
logurt natural

Dia 24

Llacets amb tomàquet i formatge
Lluç al forn
a la marinera
Pera

Dia 25

Llenties estofades amb verdures
(ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet)
i tomàquet)
Sindria

Dia 26

Verdura a daus al vapor (carbassó,
patata i pastanaga)
Canelons d'espínacs
amb beixamel
Plàtan

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:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

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



Menú:

TRITURAT

Juliol 2019

EBM MONTSANT

DILLUNS

Dia 1

Triturat d'arròs
amb pastanaga, ceba i carbassa
i Gall dindi
Meló

DIMARTS

Dia 2

Triturat de patata
amb carbassó, ceba i pastanaga
i Vedella
Sindria

DIMECRES

Dia 3

Triturat de patata
amb carbassó, carbassa i mongeta
i Peix
Plàtan

DIJOUS

Dia 4

Triturat de patata
amb pastanaga, ceba i porro
i pollastre
logurt natural

DIVENDRES

Dia 5

Triturat de patata
amb carbassó, pastanaga i mongeta
i peix
Pera

Dia 8

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

Dia 9

Triturat de patata
amb pastanaga, mongeta i carbassa
i Gall dindi
Poma al forn

Dia 10

Triturat de patata
amb ceba, mongeta i carbassó
i Peix
Préssec

Dia 11

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

Dia 12

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

Dia 15

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

Dia 16

Triturat de patata
amb pastanaga, mongeta i carbassa
i Gall dindi
Nectarina

Dia 17

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

Dia 18

Triturat d'arròs
amb pastanaga, porro i carbassó
i Peix
Plàtan

Dia 19

Triturat de patata
amb pastanaga, carbassa i mongeta
i Gall dindi
Meló

Dia 22

Triturat d'arròs
amb pastanaga, ceba i Longeta
i Gall dindi
Meló

Dia 23

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

Dia 24

Triturat de patata
amb porro, carbassa i carbassó
i Peix
Pera

Dia 25

Triturat de patata
amb pastanaga, mongeta i carbassa
i gall dindi
Sindria

Dia 26

Triturat de patata
amb pastanaga, ceba i mongeta
i Vedella
Plàtan

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:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

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

