

Menú:

SENSE CARN

Febrer 2021

EBM MONTSANT

DILLUNS

Dia 1

Puré de verdures de temporada
Macarrons
amb tonyina i tomàquet
Fruita del temps

DIMARTS

Dia 2

Arròs amb verdures
Palometa guisada
amb salsa verda
Fruita del temps

DIMECRES

Dia 3

Crema de cigrons
Truita de patata
amb enciam i tomàquet
logurt natural

DIJOUS

Dia 4

Bròquil amb patata i pastanaga
Peix al forn
amb poma
Fruita del temps

DIVENDRES

Dia 5

Sopa de brou vegetal de fideus integrals
Ous al forn
amb patata i xampinyons
Fruita del temps

Dia 8

Tallarines amb verdures
Ous al forn
amb salsa de ceba
Fruita del temps

Dia 9

Crema de llegums (fesols i cigrons)
Hamburguesa vegetal
amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

Dia 10

Escudella vegetal
Filet de lluç
a la marinera
Fruita del temps

Dia 11

Trinxat de col i patata (s.bacó)
Truita de formatge
amb varietat d'enciams
logurt natural

Dia 12

Arròs amb sofregit de ceba i tomàquet
Peix al forn
amb llit de patata
Fruita del temps

Dia 15

FESTA

Dia 16

FESTA

Dia 17

Espaguetis a la napolitana amb formatge
rallat
Lluç al forn
amb tomàquet
Fruita del temps

Dia 18

Patates guisades amb hortalisses
Truita de patata
amb enciam i moresc
Fruita del temps

Dia 19

Arròs a la cassola amb verdures
Rodanxa de lluç
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

Dia 22

Llacets tricolor amb bolonyesa vegetal
Croquetes d'espínacs
amb enciam i blat de moro
logurt natural

Dia 23

Sopa de peix amb arròs
Truita de pebrot
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

Dia 24

Puré de carbassa
Peix guisat
a la jardinera
Fruita del temps

Dia 25

Arròs saltejat amb verdures
Lluç al forn
amb salsa de pebrot vermell
Fruita del temps

Dia 26

Crema de cigrons
Truita de carbassó
amb varietat d'enciams
Fruita del temps

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

Fruita de temps: poma, pera, taronja, kiwi, pinya o plàtan

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.gestio

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

