



# MENÚ

## Juny 2021

**Dilluns**

- 
- 
- 

**Dimarts 01**

- Ensalada d'arròs 3 delícies (1,3,6,7)
- Lluç a la planxa (4) i ensalada (lletuga, tomàtiga, olives)
- Fruita del temps i pa integral (1)

**Dimecres 02**

- Sopa d'au amb galets ECO (1,3,7,9)
- Pitera de pollastre amb llimona i tumbet
- Fruita del temps i pa blanc (1)

**Dijous 03**

- Cuiinat de lletíes amb bledes (12)
- Truita francesa (3) i tomàtiga amb formatge fresc (7)
- Fruita del temps i pa integral (1)

**Divendres 04**

- Ensalada tropical (3,6,7,12)
- Fideuà de calamar (1,12,14)
- Fruita del temps ECO i pa integral (1)

**Dilluns 07**

- Crema de llegums (12)
- Lluç arrebossat (1,4) i ensalada (lletuga, tomàtiga)
- Gelatina i pa integral (1)

**Dimarts 08**

- Ensalada d'arròs amb cranc (1,2,3,4,6,10,12)
- Cuixetes de pollastre "a l'ajillo" i minestra de verdures
- Fruita del temps i pa integral (1)

**Dimecres 09**

- Tallarins asiàtics amb verduretes (1,6,12)
- Salmó a la planxa (4) i ensalada (lletuga, blat de les índies)
- Fruita del temps ECO i pa blanc (1)

**Dijous 10**

- Crema de pastanaga (12)
- Estofat d'indiots amb patates (12)
- Fruita del temps i pa integral (1)

**Divendres 11**

- Cuiinat de mongetes blanques (12)
- Truita de patates (3) i ensalada (lletuga, pastanaga, olives)
- Fruita del temps i pa integral (1)

**Dilluns 14**

- Sopa minestrone amb galets ECO (1,3,7,9)
- Aletes de pollastre a la barbacoa (12) i ensaladilla russa (3,6,12)
- Fruita del temps i pa integral (1)

**Dimarts 15**

- Cigrons amb trempó (12)
- Hoki a la bordalesa (1,4) i carbassó rostit
- Iogurt (7) i pa integral (1)

**Dimecres 16**

- Arròs a la cubana amb ou bollit (3)
- Salsitxes fresques de porc (7,12) i ensalada (lletuga, pastanaga, olives)
- Fruita del temps i pa blanc (1)

**Dijous 17**

- Ensalada de pasta amb tonyina (1,4,12)
- Perca al forn (4) i ensalada (lletuga, tomàtiga)
- Fruita del temps ECO i pa integral (1)

**Divendres 18**

- Crema de pèsols (12)
- Carbonada de vedella i patata al forn (12)
- Fruita del temps i pa integral (1)

**Dilluns 21**

- Crema de llegums (12)
- Abadejo amb llimona (4) i couscous amb verduretes (1)
- Fruita del temps i pa integral (1)

**Dimarts 22**

- Hamburguesa completa amb formatge (1,6,7,11,12)
- Ensalada (lletuga, tomàtiga) i patates
- Gelat (7)

**Dimecres 23**

- VACANCES D'ESTIU
- 
- 

**Dijous 24**

- VACANCES D'ESTIU
- 
- 

**Divendres 25**

- VACANCES D'ESTIU
- 
- 

**Dilluns 28**

- VACANCES D'ESTIU
- 
- 

**Dimarts 29**

- VACANCES D'ESTIU
- 
- 

**Dimecres 30**

- VACANCES D'ESTIU
- 
- 

**Dijous**

- 
- 
- 

**Divendres**

- 
- 
- 

La beguda sempre serà aigua

ECO: producte ecològic



# newrest

Menús revisats i aprovats per la nostra Dietista/Nutricionista.  
Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica. Nº Col. MAD00357

## LA NOSTRA PROPOSTA DE SOPARS PER AQUEST MES ES:

	<b>DIMARTS - 01</b> Truita de patates i trempó amb olives  Lacti	<b>DIMECRES - 02</b> Hamburguesa vegetal casolana de carbassa i cigrons amb ensalada Fruita	<b>DIJOUS - 03</b> Bacallà al forn i escalibada de verdures  Fruita	<b>DIVENDRES - 04</b> Llom a la planxa amb picada d'all i julivert, i saltejat de patates amb mongetes Fruita
<b>DILLUNS - 07</b> Quiche casolana de porros i espinacs  Fruita	<b>DIMARTS - 08</b> Llenguado en papillote amb patates i colflori amb pebre bord Fruita	<b>DIMECRES - 09</b> Ous bollits amb pisto de verdures  Lacti	<b>DIJOUS - 10</b> Daurada al forn amb hortalisses i ensalada verda  Fruita	<b>DIVENDRES - 11</b> Pitera de pollastre a la planxa i bróquil al vapor amb vinagreta de llimona i tahine Fruita
<b>DILLUNS - 14</b> Truita francesa i pa integral torrat amb tomàtiga i alvocat  Fruita	<b>DIMARTS - 15</b> Albergínies farcides de soia texturitzada  Fruita	<b>DIMECRES - 16</b> Emperador a la planxa amb carxofes villaroy  Fruita	<b>DIJOUS - 17</b> Magre de porc amb salsa agredolça, pebre i arròs integral Fruita	<b>DIVENDRES - 18</b> Taboulé: bulgur, ceba vermella, tomàtiga, cogombre, ou bollit, julivert Lacti
<b>DILLUNS - 21</b> Ensalada nicoise: patata, mongeta tendrà, ceba, pebre vermell, ou, tonyina i anchova Lacti	<b>DIMARTS - 22</b> Sardines a la planxa amb col kale saltejada amb allers i moniato rostit Fruita			
<b>DILLUNS - 28</b>	<b>DIMARTS - 29</b>	<b>DIMECRES - 30</b>		

En compliment amb el Reglament UE 1169/2011 d'informació alimentària facilitada al consumidor, indiquem els al·lèrgens presents als nostres menús segons el següent codi numèric:

**1 Gluten, 2 Crustacis, 3 Ous, 4 peix, 5 Cacauets, 6 Soia, 7 Llet, 8 Fruits de closca, 9 Api, 10 Mostassa, 11 Sèsam, 12 Diòxid de sofre i sulfits, 13 Tramussos, 14 Mol·luscs.**

En compliment amb la Llei 17/2011 de Seguretat Alimentària i Nutrició, posem a disposició del seu centre, a través de la nostra pàgina web, la descripció completa d'ingredients emprats i al·lèrgens que pugui contenir cada plat del menú. Sol·liciteu més informació al seu centre.

*Abans d'imprimir o sol·licitar una còpia impresa d'aquest menú, pensi bé si és necessari fer-ho. El medi ambient és qüestió de tots.*

