

Menú General

mes de desembre de 2025

El dinar s'acompanya de **pa integral** i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i Oli d'Oliva verge extra per trempar.

Les fruites d'aquest mes són: **Mandarina, pera, poma, plàtan i taronja**. Les hortalisses d'aquest mes són: Albergínia, bledes, bròquil, carabassa, cols, colflori, enciam, escarola, espinac, grells, mongeta, moniato, pastanaga, pebre i tomàtiga.

1 vegada a la setmana la fruita és de producció ecològica. Les hortalisses dels purés són de producció local i ecològica. Les llegums són seques.
El lluç és de pesca sostenible certificada. Els productes de benestar animal són el pit de pollastre i el llom de porc.
El iogurt és natural. Amb sucre o sense sucre a demanda del centre. El iogurt amb sucre conté menys de 12,3g / 100ml.

Bon Nadal i Molts d'Anys !



1	2	3	4	5
Macarrons integrals a la carbonara (1,3,6,7)	Arròs integral amb Salsa de Tomàtiga	Crema de Carabassa i Llenties (1)	Ciurons saltats amb Verdures i Quínoa	Crema d'Espinacs i Pastanaga amb Crostons (1)
Gallineta amb enfarinat casolà (1,4)	Truita a la Francesa (3)	Estofat de magre de Porc	Fogonero al forn amb Velouté (4)	Rostit de Pollastre amb Llimona
Bròquil i Pastanaga al vapor	Tomàtiga trempada amb Olives verdes	Patata i Verdures (ceba, tomàtiga, pèsols, pastanaga)	Ensalada Grega (lletuga, olives negres, orenga, formatge tendre) (7)	Ensalada amb Quínoa (romana, canonges, tomàtiga, pastanaga, tonyina) (4)
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada
Suggeriment de sopar: Ensalada variada i hamburguesa de ciurons amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i lluç a la planxa amb ceba i carabassa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i cuscús amb formatge i nous / Fruita	Suggeriment de sopar: Verdures saltades amb ous a la planxa / Fruita	Suggeriment de sopar: Purè de verdures i sandwich mixte / Fruita
8	9	10	11	12
Festiu	Llenties estofades amb Verdures (1)	Arròs integral saltat amb Verdures (6)	Crema de Bròquil	Espaguetis integrals a la Pizzaiola (1,3)
	Croquetes de Pollastre (1,3,6,7,9,10,11)	Llampuga a la planxa amb picada (4)	Aguiat de Pilotes d'elaboració pròpia (magre i morcillo) (1)	Ous bullits (3)
	Tomàtiga trempada amb Orenga	Ensalada amb Sèsam (lletuga, escarola, tomàtiga cicerol, pastanaga) (11)	Verdures (ceba, porro, tomàtiga, pastanaga) i Patata	Ensalada amb Crostons (lletuga, tomàtiga, escarola, pastanaga) (1)
	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Iogurt Natural (7)
	Suggeriment de sopar: Orada al forn amb ceba, pastanaga, tomàtiga i patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Cuscús saltat amb verdures i truita a la francesa / Fruita	Suggeriment de sopar: Ensalada variada i lluç a la planxa amb patata / Fruita	Suggeriment de sopar: Purè de verdures i quiche casolà variat / Fruita
15	16	17	18	19
Crema de bledes i carabassa amb Crostons (1)	Arròs Brut (arròs integral)	Crema de pastanaga i mongetes blanques	Llenties estofades amb Verdures (1)	Menú especial
Filet d'Indiot a la planxa amb Ceba	Limanda al forn amb picada (4)	Truita de Patata i Ceba (3)	Lluç a la milanesa (all, julivert, ou, farina de blat) (1,3,4)	
Moniato i pastanaga	Ensalada caprese (tomàtiga, alfabaguera i formatge) (7)	Ensalada amb Blat de les índies (iceberg, fulla de roure, tomàtiga)	Ensalada amb Olives (romana, canonges, pastanaga)	Sopa de Brou de Pollastre amb Fidevi integral (1,3,9)
Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Fruita de Temporada	Pollastre panat casolà (1,3) i Patates Rostides
Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i truita a la francesa amb ensalada / Fruita	Suggeriment de sopar: Llenties amb verdures saltades i cuscús / Fruita	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta i falafel amb salsa de carabassa / Fruita	Suggeriment de sopar: Purè de verdures i ous romputs amb patata / Fruita	Iogurt Natural (7)
				Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pizza casolana / Fruita

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Apí 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: Tramussos 14: Mol·luscos