



Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26	Dijous 27	Divendres 28
FESTA	Espirals amb tomàquet i formatge Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra, patata i pastanaga Pollastre a l'allet amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llenties amb patates, pastanaga i tomàquet Truita de carbassó amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Filet de lluç (enfarinat) amb amanida d'enciam i olives Iogurt
Dilluns 1	Dimarts 2	Dimecres 3	Dijous 4	Divendres 5
Macarrons amb tomàquet i formatge Nuggets de pollastre amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Bròquil i patata Botifarra a la planxa amb enciam i pastanaga Iogurt	Arròs 3 delícies Truita de patata i ceba amb enciam i olives Fruita de temporada	Cigrons amb patata i oli d'oliva Bacallà al forn amb enciam i samfaina Fruita de temporada	Fideuà de marisc Pit de pollastre a la planxa amb patates palla Fruita de temporada
Dilluns 8	Dimarts 9	Dimecres 10	Dijous 11	Divendres 12
Llenties amb arròs Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra, patata i pastanaga Fingers de pollastre (arrebossat pels nostres cuiners) amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Filet d'orada fresca al forn amb patata a "lo pobre" Fruita de temporada	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro i tonyina) Vedella al forn amb xampinyons i amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	Crema de pastanaga Pinxos de pollastre amb patates Gelat
Dilluns 15	Dimarts 16	Dimecres 17	Dijous 18	Divendres 19
Farfalle al pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) Gall dindi estofat amb verdures Fruita de temporada	Arròs amb verdures i tomàquet Filet de lluç menier (suc de llimona, mantega vegetal i sal) enciam i olives Fruita de temporada	Meló amb pernil Salsitxes a la planxa amb patates palla Iogurt	Pèsols amb patates saltejats amb all Pollastre al forn amb salsa de llimona amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Espirals amb tomàquet i formatge Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga Fruita de temporada
Dilluns 22	Dimarts 23	Dimecres 24	Dijous 25	Divendres 26
Arròs amb tomàquet Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	Bròquil i patata Filet de lluç arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro i tonyina) Truita a la francesa amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de verdures Hamburguesa de vedella a la planxa amb patates palla Fruita de temporada	Macarrons amb tomàquet i formatge Nuggets de pollastre amb enciam i blat de moro Gelat
Dilluns 29	Dimarts 30	Dimecres 31	Dijous 1	Divendres 2

Incloem pa cada dia. Els dimecres i divendres és integral (a elecció del centre).

Productes de proximitat i/o ecològics (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics).

Les postres làctiques són elaborades per la cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.

Utilitzem oli d'oliva per cuinar i amanir i oli de gira-sol alt oleic per fregir.

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor, La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Plat calent: Temperatura de conservació $\geq 65^{\circ}\text{C}$. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.
Plat fred: Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.
Tot el menjar és per a consum immediat.

