

Viatge Culinari a l'època Mitjana



MENÚ NORMAL: FEBRER

Dilluns 4	Dimarts 5	Dimecres 6	Dijous 7	Divendres 8
Espirals amb tomàquet i formatge Nugets de pollastre amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Crema de pastanaga amb crostons Trita de patata amb enciam i olives Fruita de temporada	Bròquil i patata Bacallà al forn amb samfaina Iogurt	Llenties estofades amb patata, pastanaga i tomàquet Hamburguesa de pollastre amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Llom al forn amb xampinyons Fruita de temporada
Dilluns 11	Dimarts 12	Dimecres 13	Dijous 14	Divendres 15 DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL
Cigrons estofats amb patata i pastanaga Croquetes de pernil amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Arròs amb verdures Filet de lluç menier (suc de llimona, mantega i all) amb patates Fruita de temporada	Sopa de peix amb pasta Trita a la francesa amb enciam i tomàquet Iogurt	Mongeta tendra, patata i pastanaga Pollastre al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Crema de llenties Macarrons amb tomàquet Fruita de temporada
Dilluns 18	Dimarts 19	Dimecres 20	Dijous 21	Divendres 22
Arròs (INTEGRAL a elecció del centre) amb tomàquet Pit de pollastre a la planxa amb patates palla Iogurt	Mongetes seques guisades amb ceba, patata i pastanaga Barretes de peix amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Trinxat de col amb patata Salsitxes a la planxa amb enciam i olives Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada amb quinoa Ous remenats amb patates i pernil dolç Fruita de temporada	Fideuà de marisc Filet de lluç al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
Dilluns 25	Dimarts 26	Dimecres 27	Dijous 28 FESTA MEDIEVAL	
Crema de porros Trita de patata amb enciam i olives Fruita de temporada	Arròs a la milanesa Broquetes de gall dindi amb patates Fruita de temporada	Llenties estofades amb patata, pastanaga i tomàquet Llenguadina arrebossada amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	BROU D'AU AMB FIDEUS I CIGRONS POLLASTRE DE CORRAL AMB ENCIAM I OLIVES FLAM	

Divendres 1

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)

Gall dindi estofat amb verdures

Fruita de temporada

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.

Divendres 15

DIA DE LA PROTEÏNA VEGETAL

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.

