

Menú:

SENSE PORC

Març 2021

EBM LA GINESTA

DILLUNS

Dia 1

Puré de verdures de temporada
Arròs de peix
Fruita del temps

Dia 8

Llenties amb arròs
Varetes de lluç
amb enciam i blat de moro
logurt natural

Dia 15

Mongeta tendra i patata
Croquetes de bacallà
amb enciam i tomàquet
logurt natural

Dia 22

Ministra de verdures
Cordón blue
amb enciam i olives
Fruita del temps

Dia 29

Mongeta tendra i patata
Mandonguilles de pollastre
amb ceba i tomàquet
logurt natural

DIMARTS

Dia 2

Escudella vegetal (llavors de meló i ou dur)
Cigrons, patata
amb pastanaga i col
Fruita del temps

Dia 9

Puré de patata amb encenalls de formatge
Truita de formatge
amb varietat d'enciams
Fruita del temps

Dia 16

Crema de cigrons
Truita francesa
amb enciam i pastanaga
Fruita del temps

Dia 23

Sopa de brou vegetal amb pasta integral
Mandonguilles de vedella
a la jardinera
Fruita del temps

Dia 30

Llenties amb pastanaga
Ous al forn
amb samfaina
Fruita del temps

DIMECRES

Dia 3

Bròquil amb patata
Pollastre guisat
amb xampinyons
Fruita del temps

Dia 10

Espaguetis a la norma (tomàquet,
albergínia i ceba)
Lluç al forn
amb llit de patata i ceba
Fruita del temps

Dia 17

Sopa d'au amb galets
Pernilets de pollastre
amb enciam i blat de moro
Fruita del temps

Dia 24

Fideuà de peix
Truita de carbassó
amb enciam i pastanaga
logurt natural

Dia 31

Arròs amb tomàquet
Croquetes de bacallà
amb enciam i olives
Fruita del temps

DIJOUS

Dia 4

Crema de llegums
Truita paisana
amb enciam i pastanaga
logurt natural

Dia 11

Pèsols amb patata
Dauets de pollastre
amb pebrots i ceba
Fruita del temps

Dia 18

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

Dia 25

Mongetes seques estofades
Pollastre al forn
amb varietat d'enciams
Fruita del temps

DIVENDRES

Dia 5

Macarrons napolitana i alfàbrega
Lluç al forn
amb salsa verda
Fruita del temps

Dia 12

Arròs amb tomàquet
Truita de patata
amb enciam i brots de soia
Fruita del temps

Dia 19

Puré de llenties
Espirals
amb tomàquet i sàlvia
Fruita del temps

Dia 26

Arròs amb tomàquet
Lluç guisat
amb salsa verda
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

