


# MENÚ SETMANAL

JUNY

\*Sense vedella\*

Yummy!

Aquests menús s'adaptaran a les possibles intoleràncies i/o al·lèrgies substituint els aliments i/o procés d'elaboració, previ certificat mèdic.  
Tota la verdura és de proximitat i de temporada. Tota la carn que es serveix té certificació de garantia HALAL.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
<b>Setmana 3 - 7</b>	Arròs amb verdures de temporada Lluç amb pisto Fruita de temporada (4)	Espinacs amb patata Llom amb salsa de poma Fruita de temporada (15)	Cigrons estofats Fruita de patata amb guarnició de tomàquet amanit Fruita de temporada (3,15)	Fideuà Bacallà arrebossat amb guarnició d'enciam i olives Làctic (1,4,7,14)	Amanida de patata: olives, blat de moro, tonyina i tomàquet Pernilets de pollastre al forn Fruita de temporada (4,15)
<b>Setmana 10 - 14</b>		Espaguetis amb formatge Bacallà amb guarnició d'enciam i pastanaga Fruita de temporada (1,4,7)	Paella de pollastre i verdures Trita francesa amb guarnició de pernil dolç i enciam Fruita de temporada (3,15)	Empedrat de mongeta: olives, blat de moro, pastanaga i tomàquet Cuets de rap a la marinera Làctic (4,7,14)	Cus cus amb quinoa i verdures de temporada Pollastre amb guarnició d'enciam i blat de moro Fruita de temporada (1,2,3,4,6,7,8,9,14,15)
<b>Setmana 17 - 21</b>	Arròs tres delícies Lluç arrebossat amb salsa verda Fruita de temporada (1,4,6,15)	Mongeta verda amb patata Gall d'indi estofat Fruita de temporada (12,15)	Llentilles estofades Bacallà arrebossat amb guarnició d'enciam i olives Fruita de temporada (1,4,15)	Amanida d'arròs: olives, blat de moro, tonyina, ou dur Botifarra amb salsa de tomàquet Làctic (3,4,6,7,12,15)	Macarrons napolitana Pollastre rostit amb xampinyons Gelats (1,3,5,6,7,8,15)

Tots els dies del mes es troben entre aquets paràmetres nutricionals:

Kcal: 450Kcal – 600Kcal  
HC: 40% - 64%  
Prot: 15%-20%  
Lip: 22%- 35%



**BON ESTIU!**

## AL·LÈRGENS

(1) Cereals que continguin gluten: blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les seves varietats híbrides i productes derivats (2) Crustacis i productes a base de crustacis (3) Ous i productes a base d'ou (4) Peix i productes a base de peix (5) Cacauets i productes a base de cacauets (6) Soja i productes a base de soja (7) Llet i els seus derivats (inclosa la lactosa) (8) Fruita de clofolla: ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadàmies i productes derivats (9) Api i productes derivats (10) Mostassa i productes derivats (11) Llavors de sèsam i productes a base de llavors de sèsam (12) Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/l expressat com a SO<sub>2</sub> (13) Tramussos i productes a base de tramussos (14) Mol·luscs i productes a base de mol·luscs (15) Carn i derivats càrnics.

