

# MENÚ

## DESEMBRE No vedella

# SETMANAL

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                                                                           |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Setmana 2 – 6   | Mongetes estofades<br>Crestes de tonyina<br>Fruita de temporada (1,3,4)                                                | Brou d'au amb pasta petita<br>Trita francesa amb guarnició d'enciam i pernil dolç<br>Fruita de temporada (1,3,15)     | Espirals amb formatge<br>Lluç al forn amb carbassa fregida<br>Fruita de temporada (1,4,7)                                                            | Mongeta tendre amb patates<br>Llom adobat<br>Làctic (7,15)                                         |  |
| Setmana 9 – 13  | Arròs amb tomàquet<br>Bacallà arrebossat amb enciam i pastanaga<br>Fruita de temporada (1,3,4)                         | Patates estofades amb verdures<br>Pollastre amb salsa barbacoa<br>Fruita de temporada (6,15)                          | Llenties riojana<br>Trita francesa enciam i tomàquet<br>Fruita de temporada (3,12,15)                                                                | Brou vegetal amb pasta petita<br>Hamburguesa de conill amb ceba caramel·litzada<br>Làctic (1,7,15) | Macarrons gratinats<br>Lluç amb pistó<br>Fruita de temporada (1,3,4,7)              |
| Setmana 16 – 20 | Verdura tricolor amb patata<br>Calamars a la romana<br>Fruita d temporada (1,4,7)                                      | Cigrons amb pernil<br>Trita de patata i carbassó<br>Fruita de temporada (3,15)                                        | Fideus a la cassola<br>Pollastre rostit amb xampinyons<br>Fruita de temporada (1,15)                                                                 | Arròs amb verdures de temporada<br>Rap a la marinera<br>Làctic (1,4,7)                             | Sopa de Nadal amb galets<br>Pollastre<br>Postres Nadalencs (1,3,5,7,8,9,10,12,15)   |
| Setmana 23 – 27 |                                       | <br><i>Bon Nadal i Bones Festes!</i> |                                                                                                                                                      |                                                                                                    |  |
| Setmana 30 – 31 | <br><b>Bon Nadal i Felix Any Nou</b> |                                                                                                                       | Tots els dies del mes es troben entre aquests paràmetres nutricionals:<br>Kcal: 450Kcal – 600Kcal<br>HC: 40g - 64g<br>Prot: 15g-20g<br>Lip: 22g- 35g |                                                                                                    |                                                                                     |

## 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.