

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				1
				Sopa de peix amb pasta
				Rodo de vedella amb bolets
				Fruita
4	5	6	7	8
Tallarines amb beixamel, gall d'indi i xampinyons Croquetes sense gluten amb enciam i olives Fruita	Arròs amb pastanaga, bròquil i carbassó Pollastre al forn amb enciam i tomàquet logurt	FESTIU	DIA DE LLIURE ELECCIÓ	FESTIU
11	12	13	14	15
Crema de carbassa i pastanaga Lluç arrebossat amb enciam, tomàquet i olives logurt	Llenties amb verdures (pebrot verd, vermell, ceba i pastanaga) Llom de porc a l'ametlla	Arròs amb tomàquet Truita de patates amb enciam i tomàquet	Pasta amb tomàquet Estofat de gall d'indi amb verdures	Mongeta amb patata Hamburguesa de vedella amb xips
18	19	20	21	22
Espaguetis amb tomàquet Calamar arrebossat amb enciam i olives Fruita	Cigronets amb espinacs Rodo de vedella amb bolets Fruita	Arròs tres delícies (pastanaga, pèsols i blat de moro) Truita de carbassó amb enciam i tomàquet Fruita		Sopa de Nadal Pollastre amb prunes i pinyons Postra

Recorda

-El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.

-D'aquest menú un 25% de la pasta és ecològica.

-El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.

-És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És de proximitat i dues vegades al mes és ecològica.

-Els dijous el pa és integral.

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

-El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.

-Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.



93 717 83 35

www.gumen-catering.com

Pot resoldre els seus dubtes a: info@gumen-catering.com o a través de la nostra web.
 GUMEN CATERING, S.L. C/Tamarit 10 (08205) Sabadell, Barcelona REG/SANITARI 26.05609/