

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1	2	3	4
	FESTIU	Mongeta amb patata Llom planxa amb enciam i blat de mor Fruita	Espaguetis amb verdures (carbassó, pastanaga, pèsol i ceba) Estofat de vedella amb patates i xampinyons Fruita ecològica	Cigronets estofats (ceba, pebrot i tomàquet) Pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt
7	8	9	10	11
Macarrons amb salsa de tomàquet Calamar arrebossat sense gluten amb enciam i tomàquet Fruita	Puré de verdures (patata, mongeta, pastanaga i ceba) Rodó de vedella amb salsa i xampinyons Fruita	Amanida de lleties (tomàquet, blat de moro, pastanaga i olives) Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga logurt	Arròs amb verdures (Pastanaga, pèsol i blat de moro) Mandonguilles sense gluten amb salsa de tomàquet Fruita	Sopa de peix amb pasta sense gluten Truita de patates amb enciam i olives Fruita ecològica
14	15	16	17	18
Pasta tricolor amb ceba, xampinyons i gall d'indi Hamburguesa de vedella amb enciam i tomàquet Fruita	Minestra de verdures (patata, mongeta verda, pastanaga i pèsols) Lluç arrebossat sense gluten amb enciam i olives Fruita ecològica	Arròs amb tomàquet Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita	Cigronets amb ceba pebrot i tomàquet Pollastre al forn amb ceba i xampinyons logurt	Crema de carbassa Llom rostit amb salsa pèsols i pastanaga Fruita
21	22	23	24	25
Pèsols amb patates Salsitxes de porc amb enciam i olives Fruita	Amanida de pasta (espirals, tomàquet, pastanaga, blat de moro i olives) Estofat de gall d'indi amb patates i pèsols Fruita ecològica	Lleties estofades (ceba, pastanaga, pebrot i tomàquet) Lluç a la planxa amb patates logurt	Arròs cinc delícies (pastanaga, pèsols, blat de moro i pernil) Ous amb salsa de tomàquet Fruita	Patates a la marinera amb sípia Pernilets de pollastre al forn amb enciam i pastanaga Fruita
28	29	30	31	
Espaguetis amb beixamel i gall dindi Truita francesa amb enciam i pastanaga Fruita	Puré de verdures (pastanaga, mongeta, patata, ceba) Rodó de vedella amb bolets Fruita	Amanida de cigrons (tomàquet, pastanaga, tonyina, ou dur, olives) Croquetes sense gluten amb patates xips logurt	Patata amb mongeta Pollastre al forn amb all i llimona Fruita	

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 una vegada a la setmana 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/