

# MENÚ CAMPUS OLÍMPIA 2023 DE LA MÀ DE LA VOSTRA CUINA



**MENÚ  
BASAL**

**MENÚ  
RÈGIM**

**MENÚ  
VEGÀ**

**MENÚ  
OVOLÀCTIC  
VEGETARIÀ**

**MENÚ  
SENSE  
FRUITA SECA**

**MENÚ  
SENSE  
GLUTEN**

**MENÚ  
SENSE  
LLET**

**MENÚ  
SENSE  
OU**

**MENÚ  
HALAL**

**MENÚ  
SENSE  
PEIX**

**MENÚ  
SENSE  
CARN**

**MENÚ  
TRITURAT**

La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor.

La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

**Plat calent:** temperatura de conservació  $\geq 65^{\circ}\text{C}$ . Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

**Plat fred:** Temperatura de conservació  $\leq 8^{\circ}\text{C}$ . Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

Tot el menjar és per a consum immediat.

# MENÚ BASAL JUNY - JULIOL

## DILLUNS

**Tallarines** amb tomàquet i formatge **26**

**Botifarra** de porc a la planxa amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Espirals** amb tomàquet i formatge **3**

**Truita** a la francesa amb enciam i olives

**Gelat / logurt** (a elecció)

**Arròs** amb verdures i tomàquet **10**

**Nuguets** de pollastre amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra,** patata i pastanaga **17**

**Truita** a la francesa amb enciam i olives

**Gelat / logurt** (a elecció)

**Patata** amb bròquil **24**

**Croquetes** de bacallà amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

## DIMARTS

**Amanida** de cigrons (tomàquet, blat de moro i olives) **27**

**Truita** a la francesa amb formatge i amanida

**logurt**

**Patata** amb bròquil **4**

**Hamburguesa** de vedella i porc amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Farfalle** amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) **11**

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Amanida** de pasta (tomàquet, blat de moro i tonyina) **18**

**Salsitxes** de porc a la planxa amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Meló amb pernil / Llenties** estofades (a elecció del centre) **25**

**Truita** de carbassó amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

## DIMECRES

**Gaspatxo** **28**

**Croquetes** de pernil amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Meló amb pernil / Crema** de carbassó (a elecció del centre) **5**

**Broqueta** d'au amb patates

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra,** patata i pastanaga **12**

**Escalopa** de llom amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Amanida** alemanya (patata, frankfurt i olives) **19**

**Gall dindi** estofat amb xampinyons

**Fruita de temporada**

**Ensalada russa** (patata, pastanaga, pèsols, tonyina, maionesa) **26**

**Filet de lluç** arrebossat amb enciam i olives

**Fruita de temporada**

## DIJOUS

**Arròs** 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **29**

**Pollastre** amb allada i amanida d'enciam i olives

**Fruita de temporada**

**Arròs** amb tomàquet **6**

**Filet de lluç** meunière (mantega vegetal suc de llimona i all) amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Gaspatxo / Crema** de verdures (a elecció del centre) **13**

**Truita** de patata amb enciam i olives

**logurt**

**Arròs** 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **20**

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Arròs** amb tomàquet **27**

**Pollastre** amb salsa de llimona i amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

## DIVENDRES

**Mongeta tendra,** patata i pastanaga **30**

**Filet de lluç** (enfarinat) amb samfaina

**Fruita de temporada**

**Fideua** de marisc **7**

**Pit de pollastre** a la planxa amb patates palla

**Fruita de temporada**

**Espaguetis** amb tomàquet i formatge **14**

**Pollastre** al forn amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Cigrons** amb patata i oli d'oliva **21**

**Fingers de pollastre** (elaborats pels nostres cuiners) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Macarrons** amb tomàquet i formatge **28**

**Hamburguesa** de vedella i porc amb patates xips

**Gelat**

# MENÚ RÈGIM JUNY - JULIOL

## DILLUNS

**Minestra de verdures** 26

**Mero** al forn amb saltat de xampinyons

Fruita de temporada

**Espinacs** amb patata i fruita seca 3

**Cassó** amb wok de verdures

Gelat / logurt (a elecció)

**Hummus** de cigrons amb bastonets de cogombre i pastanaga 10

**Filet de lluç** al forn amb all i julivert

Fruita de temporada

**Cuscús** amb verdures 17

**Cueta de bacallà** al forn amb espàrrecs

Gelat / logurt (a elecció)

**Amanida** de formatge de cabra caramel·litzat amb balsàmic 24

**Galtes** desossades amb ceba

Fruita de temporada

## DIMARTS

**Amanida** de formatge de cabra caramel·litzat amb balsàmic 27

**Pollastre** a la planxa amb saltat de pebrots

logurt

**Carxofes** i patata 4

**Gall dindi** amb curri

Fruita de temporada

**Vichyssoise** 11

**Llom** de 2 colors amb poma al forn

Fruita de temporada

**Cigrons** saltejats amb espinacs i all 18

**Escalopins** de pollastre amb verduretes

Fruita de temporada

**Mongeta** tendra, patata i pastanaga 25

**Salmó** al forn amb saltat de xampinyons

Fruita de temporada

## DIMECRES

**Mongetes seques** amanides 28

**Bacallà** al forn amb espàrrecs

Fruita de temporada

**Pèsols** a la catalana 5

**Mero** amb tomàquet al forn

Fruita de temporada

**Quinoa** amb verdures 12

**Seitó** en tempura amb guarnició

Fruita de temporada

**Panaché** de verdures 19

**Maires** amb saltat de verdures

Fruita de temporada

**Verdures** al forn 26

**Botifarra** de pollastre amb bolets i amanida

Fruita de temporada

## DIJOUS

**Carbassa** i patata al forn 29

**Llom** saltat amb verdures

Fruita de temporada

**Gaspatxo** 6

**Pollastre** amb pisto de verdures

Fruita de temporada

**Bledes** amb patata saltats amb all 13

**Contraçuixa** de gall dindi a la planxa amb patates a lo pobre

logurt

**Salmorejo** 20

**Gall dindi** amb prunes

Fruita de temporada

**Empedrat** de llegums 27

**Bacallà** al forn amb espàrrecs

Fruita de temporada

## DIVENDRES

**Cuscús** amb verdures 30

**Gall dindi** amb verduretes

Fruita de temporada

**Cigrons** amanits amb daus de tomàquet i pesto 7

**Garrons** de porc al forn

Fruita de temporada

**Amanida** grega (tomàquet, olives negres, formatge feta) 14

**Truita** d'espinacs amb guarnició

Fruita de temporada

**Bròquil** i patata 21

**Rodó** de vedella amb xampinyons

Fruita de temporada

**Minestra** de verdures 28

**Gall dindi** al curri

Gelat

# MENÚ VEGÀ JUNY - JULIOL

## DILLUNS

Tallarines amb tomàquet **26**

Hamburguesa de lleties amb amanida

Fruita de temporada

Lleties estofades amb patata i pastanaga **3**

Espinacs amb patata i fruita seca

Gelat / logurt (a elecció)

Arròs amb verdures i tomàquet **10**

Hamburguesa de kale i quinoa

Fruita de temporada

Mongeta tendra, patata i pastanaga **17**

Hamburguesa de cigrons amb amanida

Gelat / logurt (a elecció)

Patata amb bròquil **24**

Croquetes de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

## DIMARTS

Amanida de cigrons tomàquet, blat de moro, olives **27**

Croquetes d'espinacs amb amanida

logurt

Patata amb bròquil **4**

Seitan amb verdures

Fruita de temporada

Farfalle amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) **11**

Pèsols i patata saltats amb all

Fruita de temporada

Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro) **18**

Heura amb saltat de xampinyons

Fruita de temporada

Lleties estofades amb patata i pastanaga **25**

Mongeta tendra, patata i pastanaga

Fruita de temporada

## DIMECRES

Gaspatxo **28**

Croquetes de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Crema de carbassó **5**

Pèsols a la catalana

Fruita de temporada

Mongeta tendra, patata i pastanaga **12**

Mandonguilles de cigrons

Fruita de temporada

Amanida de patata, tomàquet i olives **19**

Tofu amb saltat de verdures

Fruita de temporada

Patata, pastanaga, pèsols **26**

Milanesa de formatge vegetal

Fruita de temporada

## DIJOUS

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **29**

Heura amb saltat de xampinyons

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet **6**

Tofu amb verduretes

Fruita de temporada

Gaspatxo **13**

Hamburguesa de lleties i menta

logurt

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **20**

Seitan amb verdures

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet **27**

Empedrat de llegums

Fruita de temporada

## DIVENDRES

Mongeta tendra, patata i pastanaga **30**

Tofu amb saltat de verdures

Fruita de temporada

Macarrons amb tomàquet **7**

Cigrons amanits amb daus de tomàquet i pesto

Fruita de temporada

Espaguetis amb tomàquet **14**

Milanesa de formatge vegetal

Fruita de temporada

Cigrons amb patata i oli d'oliva **21**

Croquetes d'espinacs amb amanida

Fruita de temporada

Macarrons amb tomàquet **28**

Hamburguesa de kale i quinoa amb xips

Gelat

# MENÚ OVOLÀCTIC-VEGETARIÀ JUNY - JULIOL

## DILLUNS

**Tallarines amb tomàquet i formatge** 26

**Hamburguesa de lleties amb amanida**

**Fruita de temporada**

**Lleties estofades amb patata i pastanaga** 3

**Truita a la francesa amb enciam i olives**

**Gelat / logurt (a elecció)**

**Arròs amb verdures i tomàquet** 10

**Ous durs amb tomàquet i patates**

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 17

**Truita a la francesa amb enciam i olives**

**Gelat / logurt (a elecció)**

**Patata amb bròquil** 24

**Croquetes de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga**

**Fruita de temporada**

## DIMARTS

**Amanida de cigrons tomàquet, blat de moro, olives** 27

**Truita a la francesa amb formatge i amanida**

**logurt**

**Patata amb bròquil** 4

**Seitan amb verdures**

**Fruita de temporada**

**Farfalle amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva)** 11

**Pèsols i patata saltats amb all**

**Fruita de temporada**

**Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro)** 18

**Heura amb saltat de xampinyons**

**Fruita de temporada**

**Lleties estofades amb patata i pastanaga** 25

**Truita de carbassó amb enciam i tomàquet**

**Fruita de temporada**

## DIMECRES

**Gaspatxo** 28

**Croquetes de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga**

**Fruita de temporada**

**Crema de carbassó** 5

**Pèsols a la catalana**

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 12

**Mandonguilles de cigrons**

**Fruita de temporada**

**Amanida de patata, tomàquet i olives** 19

**Truita a la francesa**

**Fruita de temporada**

**Patata, pastanaga, pèsols** 26

**Milanesa de formatge vegetal**

**Fruita de temporada**

## DIJOUS

**Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)** 29

**Truita a la francesa amb amanida**

**Fruita de temporada**

**Arròs amb tomàquet** 6

**Tofu amb verduretes**

**Fruita de temporada**

**Gaspatxo** 13

**Truita de patata amb enciam i olives**

**logurt**

**Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols)** 20

**Seitan amb verdures**

**Fruita de temporada**

**Arròs amb tomàquet** 27

**Empedrat de llegums**

**Fruita de temporada**

## DIVENDRES

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 30

**Tofu amb saltat de verdures**

**Fruita de temporada**

**Macarrons amb tomàquet** 7

**Cigrons amanits amb daus de tomàquet i pesto**

**Fruita de temporada**

**Espaguetis amb tomàquet i formatge** 14

**Amanida grega (tomàquet, olives negres, formatge feta)**

**Fruita de temporada**

**Cigrons amb patata i oli d'oliva** 21

**Croquetes d'espínacs amb amanida**

**Fruita de temporada**

**Macarrons amb tomàquet i formatge** 28

**Hamburguesa de kale i quinoa amb xips**

**Gelat**

# MENÚ HALAL JUNY - JULIOL

## DILLUNS

**Tallarines amb tomàquet i formatge** 26

**Botifarra** de porc a la planxa amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Espirals amb tomàquet i formatge** 3

**Truita a la francesa** amb enciam i olives

**Gelat / logurt** (a elecció)

**Arròs amb verdures i tomàquet** 10

**Nuguets** de pollastre amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 17

**Truita a la francesa** amb enciam i olives

**Gelat / logurt** (a elecció)

**Patata amb bròquil** 24

**Croquetes** de bacallà amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

## DIMARTS

**Amanida de cigrons** (tomàquet, blat de moro i olives) 27

**Truita a la francesa** amb formatge i amanida

**logurt**

**Patata amb bròquil** 4

**Hamburguesa** de vedella i porc amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Farfalle amb pesto** (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) 11

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Amanida de pasta** (tomàquet, blat de moro i tonyina) 18

**Salsitxes** de porc a la planxa amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Lenties estofades** 25

**Truita de carbassó** amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

## DIMECRES

**Crema de verdures de temporada** 28

**Croquetes** de bacallà amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Crema de carbassó** 5

**Broqueta d'au** amb patates

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 12

**Seitó** en tempura amb guarnició

**Fruita de temporada**

**Amanida de patata, tomàquet i olives** 19

**Gall dindi estofat** amb xampinyons

**Fruita de temporada**

**Ensalada russa** (patata, pastanaga, pèsols, tonyina, maionesa) 26

**Filet de lluç** arrebossat amb enciam i olives

**Fruita de temporada**

## DIJOUS

**Arròs 3 delícies** (pastanaga, blat de moro i pèsols) 29

**Pollastre** amb allada i amanida d'enciam i olives

**Fruita de temporada**

**Arròs amb tomàquet** 6

**Filet de lluç** meunière (mantega vegetal suc de llimona i all) amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Crema de verdures** 13

**Truita de patata** amb enciam i olives

**logurt**

**Arròs 3 delícies** (pastanaga, blat de moro i pèsols) 20

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Arròs amb tomàquet** 27

**Pollastre** amb salsa de llimona i amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

## DIVENDRES

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 30

**Filet de lluç** (enfarinat) amb samfaina

**Fruita de temporada**

**Fideua de marisc** 7

**Pit de pollastre** a la planxa amb patates palla

**Fruita de temporada**

**Espaguetis amb tomàquet i formatge** 14

**Pollastre** al forn amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Cigrons amb patata i oli d'oliva** 21

**Fingers de pollastre** (elaborats pels nostres cuiners) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Macarrons amb tomàquet i formatge** 28

**Hamburguesa** de vedella i porc amb patates xips

**Gelat**



# MENÚ SENSE CARN JUNY - JULIOL

## DILLUNS

Tallarines amb tomàquet i formatge **26**

Hamburguesa de lleties amb amanida

Fruita de temporada

Espirals amb tomàquet i formatge **3**

Truita a la francesa amb enciam i olives

Gelat / logurt (a elecció)

Arròs amb verdures i tomàquet **10**

Ous durs amb tomàquet i amanida

Fruita de temporada

Mongeta tendra, patata i pastanaga **17**

Truita a la francesa amb enciam i olives

Gelat / logurt (a elecció)

Patata amb bròquil **24**

Croquetes de bacallà amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

## DIMARTS

Amanida de cigrons (tomàquet, blat de moro i olives) **27**

Truita a la francesa amb formatge i amanida

logurt

Patata amb bròquil **4**

Hamburguesa de cigrons amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

Farfalle amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) **11**

Filet de lluç amb all i julivert al forn amb xips

Fruita de temporada

Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro i tonyina) **18**

Croquetes de bacallà amb amanida

Fruita de temporada

Lleties estofades **25**

Truita de carbassó amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

## DIMECRES

Gaspatxo **28**

Croquetes de bacallà amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Crema de carbassó **5**

Truita d'espínacs amb xampinyons

Fruita de temporada

Mongeta tendra, patata i pastanaga **12**

Seitó en tempura amb guarnició

Fruita de temporada

Amanida de patata, tomàquet i olives **19**

Truita a la francesa

Fruita de temporada

Ensalada russa (patata, pastanaga, pèsols, tonyina, maionesa) **26**

Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives

Fruita de temporada

## DIJOUS

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **29**

Truita a la francesa amb amanida

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet **6**

Filet de lluç meunière (mantega vegetal suc de llimona i all) amb enciam i blat de moro

Fruita de temporada

Gaspatxo / Crema de verdures (a elecció del centre) **13**

Truita de patata amb enciam i olives

logurt

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **20**

Filet de lluç amb all i julivert al forn amb xips

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet **27**

Truita a la francesa amb amanida

Fruita de temporada

## DIVENDRES

Mongeta tendra, patata i pastanaga **30**

Filet de lluç (enfarinat) amb samfaina

Fruita de temporada

Fideua de marisc **7**

Mero al forn amb patates palla

Fruita de temporada

Espaguetis amb tomàquet i formatge **14**

Peix blau al forn amb xampinyons

Fruita de temporada

Cigrons amb patata i oli d'oliva **21**

Barretes de peix amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Macarrons amb tomàquet i formatge **28**

Hamburguesa de kale i quinoa amb xips

Gelat

# MENÚ SENSE FRUITA SECA JUNY - JULIOL

## DILLUNS

Tallarines amb tomàquet i formatge **26**

Botifarra de porc a la planxa amb enciam i blat de moro

Fruita de temporada

Espirals amb tomàquet i formatge **3**

Truita a la francesa amb enciam i olives

Gelat / logurt *(a elecció)*

Arròs amb verdures i tomàquet **10**

Nuguets de pollastre amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

Mongeta tendra, patata i pastanaga **17**

Truita a la francesa amb enciam i olives

Gelat / logurt *(a elecció)*

Patata i bròquil **24**

Croquetes de mill *(sense gluten, ou, llet, fs)* amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

## DIMARTS

Amanida de cigrons **27**  
*(tomàquet, blat de moro i olives)*

Truita a la francesa amb formatge i amanida

logurt

Patata amb bròquil **4**

Hamburguesa de vedella i porc amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

Farfalle amb tomàquet **11**

Filet de lluç amb all i julivert al forn amb xips

Fruita de temporada

Amanida de pasta **18**  
*(tomàquet, blat de moro i tonyina)*

Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

Meló amb pernil / Llenties estofades **25**  
*(a elecció del centre)*

Truita de carbassó amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

## DIMECRES

Crema de verdures de temporada **28**

Croquetes de mill *(sense gluten, ou, llet, fs)* amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Meló amb pernil / Crema de carbassó **5**  
*(a elecció del centre)*

Broqueta d'au amb patates

Fruita de temporada

Mongeta tendra, patata i pastanaga **12**

Escalopa de llom amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Amanida alemanya **19**  
*(patata, frankfurt i olives)*

Gall dindi estofat amb xampinyons

Fruita de temporada

Ensalada russa **26**  
*(patata, pastanaga, pèsols, tonyina, maionesa)*

Filet de lluç arrebossat amb enciam i olives

Fruita de temporada

## DIJOUS

Arròs 3 delícies **29**  
*(pastanaga, blat de moro i pèsols)*

Pollastre amb allada i amanida d'enciam i olives

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet **6**

Filet de lluç meunière *(mantega vegetal suc de llimona i all)* amb enciam i blat de moro

Fruita de temporada

Crema de verdures **13**

Truita de patata amb enciam i olives

logurt

Arròs 3 delícies **20**  
*(pastanaga, blat de moro i pèsols)*

Filet de lluç amb all i julivert al forn amb xips

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet **27**

Pollastre amb salsa de llimona i amanida d'enciam i blat de moro

Fruita de temporada

## DIVENDRES

Mongeta tendra, patata i pastanaga **30**

Filet de lluç *(enfarinat)* amb samfaina

Fruita de temporada

Fideua de marisc **7**

Pit de pollastre a la planxa amb patates palla

Fruita de temporada

Espaguetis amb tomàquet i formatge **14**

Pollastre al forn amb enciam i blat de moro

Fruita de temporada

Cigrons amb patata i oli d'oliva **21**

Fingers de pollastre *(elaborats pels nostres cuiners)* amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Macarrons amb tomàquet i formatge **28**

Hamburguesa de vedella i porc amb patates xips

Gelat



# MENÚ SENSE GLUTEN JUNY - JULIOL

## DILLUNS

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **26**

**Botifarra** de porc a la planxa amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **3**

**Truita** a la francesa amb enciam i olives

**Gelat / logurt** (a elecció)

**Arròs** amb verdures i tomàquet **10**

**Fingers** de pollastre (sense gluten, ou i llet) amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra**, patata i pastanaga **17**

**Truita** a la francesa amb enciam i olives

**Gelat / logurt** (a elecció)

**Patata i bròquil** **24**

**Croquetes** de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

## DIMARTS

**Amanida** de cigrons (tomàquet, blat de moro i olives) **27**

**Truita** a la francesa amb formatge i amanida

**logurt**

**Patata** amb bròquil **4**

**Hamburguesa** de vedella i porc amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) **11**

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Amanida de pasta** sense gluten i ou (blat de moro, tomàquet, tonyina) **18**

**Salsitxes** de porc a la planxa amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Meló amb pernil / Llenties** estofades (a elecció del centre) **25**

**Truita** de carbassó amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

## DIMECRES

**Crema** de verdures de temporada **28**

**Croquetes** de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Meló amb pernil / Crema** de carbassó (a elecció del centre) **5**

**Broqueta** d'au amb patates

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra**, patata i pastanaga **12**

**Llom** a la planxa amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Amanida** alemanya (patata, frankfurt i olives) **19**

**Gall dindi** estofat amb xampinyons

**Fruita de temporada**

**Ensalada russa** (patata, pastanaga, pèsols, tonyina, maionesa) **26**

**Filet de lluç** al forn amb enciam i olives

**Fruita de temporada**

## DIJOUS

**Arròs** 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **29**

**Pollastre** amb allada i amanida d'enciam i olives

**Fruita de temporada**

**Arròs** amb tomàquet **6**

**Filet de lluç** meunière (mantega vegetal suc de llimona i all) amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Crema** de verdures **13**

**Truita** de patata amb enciam i olives

**logurt**

**Arròs** 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **20**

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Arròs** amb tomàquet **27**

**Pollastre** amb salsa de llimona i amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

## DIVENDRES

**Mongeta tendra**, patata i pastanaga **30**

**Filet de lluç** al forn amb samfaina

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **7**

**Pit de pollastre** a la planxa amb patates palla

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **14**

**Pollastre** al forn amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Cigrons** amb patata i oli d'oliva **21**

**Fingers de pollastre** (sense gluten, ou i llet) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **28**

**Hamburguesa** de vedella i porc amb patates xips

**Gelat**

# MENÚ SENSE LLET JUNY - JULIOL

## DILLUNS

**Tallarines amb tomàquet** 26

**Botifarra** de porc a la planxa amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Espirals amb tomàquet** 3

**Truita** a la francesa amb amanida

**Gelat** (sense llet) / **logurt** de soja (a elecció)

**Arròs amb verdures i tomàquet** 10

**Fingers** de pollastre (sense gluten, ou i llet) amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 17

**Truita** a la francesa amb amanida

**Gelat** (sense llet) / **logurt** de soja (a elecció)

**Patata i bròquil** 24

**Croquetes** de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

## DIMARTS

**Amanida de cigrons** (tomàquet, blat de moro i olives) 27

**Truita** a la francesa i amanida

**logurt** de soja / **logurt** sense lactosa

**Patata amb bròquil** 4

**Hamburguesa** de vedella i porc amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Farfalle** amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) 11

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Amanida de pasta** (blat de moro, tomàquet, tonyina) 18

**Salsitxes** de porc a la planxa amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Meló amb pernil / Llenties estofades** (a elecció del centre) 25

**Truita** de carbassó amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

## DIMECRES

**Crema de verdures de temporada** 28

**Croquetes** de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Meló amb pernil / Crema de carbassó** (a elecció del centre) 5

**Broqueta** d'au amb patates

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 12

**Llom** a la planxa amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Amanida alemanya** (patata, frankfurt i olives) 19

**Gall dindi** estofat amb xampinyons

**Fruita de temporada**

**Ensalada russa** (patata, pastanaga, pèsols, tonyina, maionesa) 26

**Filet de lluç** al forn amb enciam

**Fruita de temporada**

## DIJOUS

**Arròs 3 delícies** (pastanaga, blat de moro i pèsols) 29

**Pollastre** amb allada i amanida

**Fruita de temporada**

**Arròs amb tomàquet** 6

**Filet de lluç** meunière (mantega vegetal suc de llimona i all) amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Crema de verdures** 13

**Truita** de patata amb amanida

**logurt** sense lactosa / **logurt** de soja

**Arròs 3 delícies** (pastanaga, blat de moro i pèsols) 20

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Arròs amb tomàquet** 27

**Pollastre** amb salsa de llimona i amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

## DIVENDRES

**Mongeta tendra, patata i pastanaga** 30

**Filet de lluç** (enfarinat) amb samfaina

**Fruita de temporada**

**Fideua de marisc** 7

**Pit de pollastre** a la planxa amb patates palla

**Fruita de temporada**

**Espaguetis amb tomàquet** 14

**Pollastre** al forn amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Cigrons amb patata i oli d'oliva** 21

**Fingers de pollastre** (sense gluten, ou i llet) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Macarrons amb tomàquet** 28

**Hamburguesa** de vedella i porc amb patates xips

**Gelat** (sense llet)

logurt\*

• Intolerants lactosa: logurt sense lactosa

• Al·lèrgic proteïnes llet: logurt de soja

# MENÚ SENSE OU JUNY - JULIOL

## DILLUNS

**Pasta** (sense gluten i ou) amb tomàquet i formatge **26**

**Botifarra** de porc a la planxa amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **3**

**Cassó** amb wok de verdures

**Gelat / logurt** (a elecció)

**Arròs** amb verdures i tomàquet **10**

**Fingers** de pollastre (sense gluten, ou i llet) amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra,** patata i pastanaga **17**

**Cueta de bacallà** al forn amb espàrrecs

**Gelat / logurt** (a elecció)

**Patata i bròquil** **24**

**Croquetes** de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

## DIMARTS

**Amanida** de cigrons (tomàquet, blat de moro i olives) **27**

**Pollastre** a la planxa amb amanida

**logurt**

**Patata** amb bròquil **4**

**Hamburguesa** de vedella i porc amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) **11**

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Amanida** de pasta sense gluten i ou (blat de moro, tomàquet, tonyina) **18**

**Salsitxes** de porc a la planxa amb enciam i tomàquet

**Fruita de temporada**

**Meló amb pernil / Llenties** estofades (a elecció del centre) **25**

**Salmó** al forn amb saltat de xampinyons

**Fruita de temporada**

## DIMECRES

**Crema** de verdures de temporada **28**

**Croquetes** de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Meló amb pernil / Crema** de carbassó (a elecció del centre) **5**

**Broqueta** d'au amb patates

**Fruita de temporada**

**Mongeta tendra,** patata i pastanaga **12**

**Llom** a la planxa amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Amanida** alemanya (patata, frankfurt i olives) **19**

**Gall dindi** estofat amb xampinyons

**Fruita de temporada**

**Ensalada** russa (patata, pastanaga, pèsols, tonyina, sense maionesa) **26**

**Filet de lluç** al forn amb enciam i olives

**Fruita de temporada**

## DIJOUS

**Arròs** 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **29**

**Pollastre** amb allada i amanida d'enciam i olives

**Fruita de temporada**

**Arròs** amb tomàquet **6**

**Filet de lluç** meunière (mantega vegetal suc de llimona i all) amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Crema** de verdures **13**

**Vedella** al forn amb amanida

**logurt**

**Arròs** 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **20**

**Filet de lluç** amb all i julivert al forn amb xips

**Fruita de temporada**

**Arròs** amb tomàquet **27**

**Pollastre** amb salsa de llimona i amanida d'enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

## DIVENDRES

**Mongeta tendra,** patata i pastanaga **30**

**Filet de lluç** (enfarinat) amb samfaina

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **7**

**Pit de pollastre** a la planxa amb patates palla

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **14**

**Pollastre** al forn amb enciam i blat de moro

**Fruita de temporada**

**Cigrons** amb patata i oli d'oliva **21**

**Fingers** de pollastre (sense gluten, ou i llet) amb enciam i pastanaga

**Fruita de temporada**

**Pasta** sense gluten i ou amb tomàquet i formatge **28**

**Hamburguesa** de vedella i porc amb patates xips

**Gelat**

# MENÚ SENSE PEIX JUNY - JULIOL

## DILLUNS

Tallarines amb tomàquet i formatge **26**

Botifarra de porc a la planxa amb enciam i blat de moro

Fruita de temporada

Espirals amb tomàquet i formatge **3**

Truita a la francesa amb enciam i olives

Gelat / logurt *(a elecció)*

Arròs amb verdures i tomàquet **10**

Nuguets de pollastre amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

Mongeta tendra, patata i pastanaga **17**

Truita a la francesa amb enciam i olives

Gelat / logurt *(a elecció)*

Patata i bròquil **24**

Croquetes de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

## DIMARTS

Amanida de cigrons (tomàquet, blat de moro i olives) **27**

Truita a la francesa amb formatge i amanida

logurt

Patata amb bròquil **4**

Hamburguesa de vedella i porc amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

Farfalle amb pesto (alfàbrega, pinyons i oli d'oliva) **11**

Conill amb allada

Fruita de temporada

Amanida de pasta (tomàquet, blat de moro) **18**

Salsitxes de porc a la planxa amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

Meló amb pernil / Llenties estofades (a elecció del centre) **25**

Truita de carbassó amb enciam i tomàquet

Fruita de temporada

## DIMECRES

Gaspatxo **28**

Croquetes de mill (sense gluten, ou, llet, fs) amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Meló amb pernil / Crema de carbassó (a elecció del centre) **5**

Broqueta d'au amb patates

Fruita de temporada

Mongeta tendra, patata i pastanaga **12**

Escalopa de llom amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Amanida alemanya (patata, frankfurt i olives) **19**

Gall dindi estofat amb xampinyons

Fruita de temporada

Patata, pastanaga, pèsols **26**

Botifarra de pollastre amb bolets i amanida

Fruita de temporada

## DIJOUS

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **29**

Pollastre amb allada i amanida d'enciam i olives

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet **6**

Vedella al forn amb verdures

Fruita de temporada

Gaspatxo / Crema de verdures (a elecció del centre) **13**

Truita de patata amb enciam i olives

logurt

Arròs 3 delícies (pastanaga, blat de moro i pèsols) **20**

Gall dindi amb prunes

Fruita de temporada

Arròs amb tomàquet **27**

Pollastre amb salsa de llimona i amanida d'enciam i blat de moro

Fruita de temporada

## DIVENDRES

Mongeta tendra, patata i pastanaga **30**

Gall dindi amb verdures

Fruita de temporada

Macarrons amb tomàquet **7**

Pit de pollastre a la planxa amb patates palla

Fruita de temporada

Espaguetis amb tomàquet i formatge **14**

Pollastre al forn amb enciam i blat de moro

Fruita de temporada

Cigrons amb patata i oli d'oliva **21**

Fingers de pollastre (elaborats pels nostres cuiners) amb enciam i pastanaga

Fruita de temporada

Macarrons amb tomàquet i formatge **28**

Hamburguesa de vedella i porc amb patates xips

Gelat

# MENÚ TRITURAT JUNY - JULIOL

## DILLUNS

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

26

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

3

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

10

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

17

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

24

logurt

## DIMARTS

Carbassó  
Patates  
Pastanaga  
Filet de lluç

27

logurt

Carbassó  
Patates  
Pastanaga  
Filet de lluç

4

logurt

Carbassó  
Patates  
Pastanaga  
Filet de lluç

11

logurt

Carbassó  
Patates  
Pastanaga  
Filet de lluç

18

logurt

Carbassó  
Patates  
Pastanaga  
Filet de lluç

25

logurt

## DIMECRES

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Gall dindi

28

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Gall dindi

5

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Gall dindi

12

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Gall dindi

19

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Gall dindi

26

logurt

## DIJOUS

Pastanaga  
Patates  
Carbassó  
Vedella

29

logurt

Pastanaga  
Patates  
Carbassó  
Vedella

6

logurt

Pastanaga  
Patates  
Carbassó  
Vedella

13

logurt

Pastanaga  
Patates  
Carbassó  
Vedella

20

logurt

Pastanaga  
Patates  
Carbassó  
Vedella

27

logurt

## DIVENDRES

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

30

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

7

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

14

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

21

logurt

Mongeta tendra  
Patates  
Pastanaga  
Pollastre

28

logurt