


Catering Vostra Cuina, S.L.

Setembre 2010

REGIM

	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
	Amanida verda amb fruits secs Vedella al forn amb xampinyons i pastanaga ----- Fruita	Gaspatxo Pollastre al forn amb ceba i carbassó ----- Fruita	Amanida de tonyina Truita de patates amb albergínia i pebrot ----- Fruita	Panaché de verdures Filet de lluç al vapor amb enciam i pastanaga ----- Làctic
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Bròquil amb patates Bacallà amb pisto ----- Fruita	Mongeta tendra i pastanaga Llom al forn amb enciam i blat de moro ----- Fruita	Pèsols saltejats amb pernil Pit de pollastre a la planxa amb enciam i olives ----- Làctic	Verdures al forn Bistec de vedella a la planxa amb enciam i tomàquet ----- Fruita	Amanida catalana Truita de carbassó amb pebrot ----- Fruita
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Menestra de verdures Pollastre al forn amb ceba, porro, pebrot i pastanaga ----- Làctic	Amanida de pernil dolç i formatge Truita de patates amb xampinyons ----- Fruita	Espinacs a la catalana Filet de llenguado al vapor amb verduretes ----- Fruita	Panaché de verdures Llom a la planxa amb enciam i olives ----- Fruita	Amanida mixta Bistec de vedella a la planxa amb patates al caliu ----- Fruita
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	
Bledes amb patates Filet de nero amb verduretes al forn ----- Fruita	Pèsols amb pastanaga Pit de pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro ----- Làctic	Sopa de verdures Llom al forn amb samfaina ----- Fruita	Carxofes amb llimona Vedella al forn amb xampinyons ----- Fruita	

Fruita del mes: poma, pera, plàtan, taronja, maduixa, meló, síndria, prunes.
Làctic: principalment serà iogurt. Esporàdicament pot ser flam, natilles.

*Condicions de conservació

Plat calent: Temperatura de conservació $\geq 65^{\circ}\text{C}$. Mantenir en armari calent fins el moment de servir.

Plat fred: Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$. Mantenir al frigorífic fins el moment de servir.

Tot el menjar és per consum immediat.

** Els peixos que utilitzem han estat sotmesos a temperatures iguals o inferiors a -20°C durant més de 24 hores, segons RD1420/2006.

MENU REVISAT PER: MARINA PERUGINI, Llicenciada en ciència i tecnologia dels aliments. Experta universitària en dietètica i nutrició humana.