



La coca de Sant Joan un dels dolços més populars a Catalunya es menja per celebrar la Nit de Sant Joan, festivitat de l'arribada del solstici d'estiu. Al seu origen es deia cóc, i deriva del tortell amb ous que es menjava antigament: un dolç amb forma rodona, i reminiscència clara del culte al sol. Segons la tradició ha de ser el doble de llarga que d'ampla, i amb els angles arrodonits. Bona revetlla i bon estiu!

Dilluns		Dimarts		Dimecres		Dijous		Divendres	
1		2		3		4		5	
		Brou d'au casolà amb pasta Mandonguilles amb samfaina (triturada) (carbassó, albergínia, ceba, tomàquet i patates) Fruita de temporada		Guisat de cigrons Peix blanc al forn amb amanida (tomàquet i ceba) logurt de fruites		Arròs milanesa (pèsols, formatge i porro) Truita de patata amb amanida Fruita de temporada		Crema de porros amb xips Ragout de gall dindi (patata, farigola, pastanaga i ceba) Fruita de temporada	
8		9		10		11		12	
Mongetes tendres amb patates Botifarra amb tomàquet al forn Natilles		Arròs a la cubana (ceba, tomàquet, pastanaga, ou dur) Peix blanc a la romana (arrebossat) amb amanida Fruita de temporada		Llenties vegetarianes (patata, carbassó, tomàquet, ceba, pastanaga) Truita de gall dindi amb amanida logurt natural		Fusilli (pasta) amb salsa concassé (tomàquet i ceba) i alfàbrega fresca Pollastre rostit amb patates fregides Fruita de temporada		Sopa de picada (ou, cigrons, pastanaga, arròs) Sant Jacobo amb patates fregides Gelatina de fruites	
15		16		17		18		19	
Minestra de verdures amb pernil serrà Assortiment de croquetes i crestes amb amanida Fruita en almívar		Arròs del Delta rossejat (ceba, mongeta tendra, pebrot i tomàquet) Truita de carbassó amb amanida Fruita de temporada		Potatge de mongetes seques amb xoriço Hamburguesa amb formatge i patates Fruita de temporada		Macarrons amb salsa carbonara Pollastre a la catalana (tomàquet, prunes, ceba, canyella) amb amanida logurt natural			



- Productes ecològics del nostre propi hort "Cal Tudela", de Natursoy o Holabio
- Ingredients de proximitat de les cooperatives de pagesos del Baix Llobregat
- Alimentació Mediterrània i saludable

