



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 còc, 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 vegetarià amb pasta Mandonguilles vegetarianes amb samfaina manxega (carbassó, albergínia, ceba, tomàquet i patates) Fruita de temporada		Guisat suau de cigrons Peix blanc al forn amb amanida (tomàquet i ceba) logurt de fruites		Arròs milanesa (pèsols, formatge i porro) Trita de patata amb amanida Fruita de temporada		Crema de porros amb xips Canelons d'espínacs gratinats (salsa de tomàquet, espínacs i formatge) Fruita de temporada	
8		9		10		11		12	
Mongetes tendres amb patates Hamburguesa vegetariana amb amanida Natilles		Arròs a la cubana (ceba, tomàquet i pastanaga) Peix blanc a la romana (arrebossada) amb amanida Fruita de temporada		Llenties vegetarianes (patata, carbassó, tomàquet, ceba, pastanaga) Trita de patates amb amanida logurt natural		Fusilli (pasta) amb salsa concassé (tomàquet i ceba) i alfàbrega fresca Mandonguilles vegetarianes Fruita de temporada		Sopa de picada vegetariana Tofu arrebossat amb amanida Gelatina de fruites	
15		16		17		18		19	
Minestra de verdures Croquetes vegetals amb amanida Fruita en almívar		Arròs del Delta rossejat (ceba, mongeta verda, pebrot i tomàquet) Trita de carbassó amb amanida Fruita de temporada		Potatge de mongetes seques Hamburguesa vegetariana amb amanida Fruita de temporada		Pasta d'arròs amb tomàquet Tofu a la catalana 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

