


Catering Vostra Cuina, S.L.

Setembre 2010

MENU SENSE OU

	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
	Macarrons amb tomàquet i formatge Salsitxes de pollastre a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita	Llenties guisades amb patates i pastanaga Filet de llenguado al forn amb samfaina Fruita	Arròs a la cassola Vedella al forn amb xampinyons Fruita	Sopa d'au o meló amb pernil (<u>a elecció del centre</u>) Escalopa de llom amb enciam i pastanaga Làctic
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
Arròs amb tomàquet Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i olives Fruita	Cigrons estofats amb pastanaga, patates i tomàquet Filet de panga arrebossat amb enciam i blat de moro Fruita	Patates i mongeta tendra Llom al forn amb verdures i patates palla Làctic	Crema de carbassó Bistec de vedella a la planxa amb enciam i tomàquet Fruita	Espirals amb tomàquet i formatge Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Mongeta tendra, bròquil i patates Croquetes de bacallà amb enciam i pastanaga Làctic	Espaguetis amb tomàquet i formatge Llom a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita	Llenties estofades amb pastanaga i pèsols Filet de llenguado al vapor amb verdures Fruita	Paella valenciana Filet de lluç amb sofregit de tomàquet i amanida de enciam i olives Fruita	Sopa pescadors Pollastre a l'allet amb patates, pebrot i ceba Fruita
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	
Arròs milanesa (pèsols, pebrot, carn de porc i formatge) Filet de nero amb verdures al forn Fruita	Mongetes verdes, pastanaga i patates Botifarra a la planxa amb enciam i blat de moro Làctic	Cigrons amb verdures Nuggets de pollastre amb enciam i pastanaga Fruita	Fideua de marisc Filet de llenguado al forn amb samfaina Fruita	

Fruita del mes: poma, pera, plàtan, taronja, maduixa, meló, síndria, prunes.

Làctic: principalment serà iogurt. Esporàdicament pot ser flam, natilles.

Els arrebossats no porten ou.

*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.

*** Subministrem habitualment pasta ecològica i fruita de tant en tant (segons mercat).

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