

Gener CAVALL BERNAT



EL NOSTRE COMPROMÍS

- Treballar per aconseguir un ús integral de productes naturals, frescos i ecològics de proximitat.
- Introduir aliments integrals complets sense cap tipus de tractament.
- Tenir un control directe sobre la procedència de tots els productes i evitar intermediaris que carreguen marges, pressionen al petit productor i no aporten valor.
- Fer una elaboració artesanal, diària i tradicional del dinar, sense precuinats ni productes industrials.

Les fruites de temporada poden ser: kiwi, poma, mandarina, taronja, pera, pinya, plàtan i magrana.

Les verdures de temporada poden ser: bledes, carxofes, col, bròquil, carbassa, coliflor, espinacs, porro, pastanaga i tomàquet.

Els brous, guisats i arrebossats són casolans.

MENÚ NEGRE 22 de gener

Sabeu que podem trobar multitud d'aliments de color negre?

Com per exemple els fesols negres, l'arròs negre, el sèsam negre o les olives negres!

Tastet mensual!
Olivada amb torrades



divendres

8 **TV**
ARRÒS ECO AMB TOMÀQUET

CROQUETES D'ESPINACS
amb patates xips

PRÉSSEC EN ALMÍVAR

15
ARRÒS ECO A LA CASSOLA AMB VERDURES
mongeta verda, tomàquet, pastanaga, ceba

PEIX FRESC SEGONS MERCAT
amb enciam i pastanaga

IOGURT ECO

22
MENÚ NEGRE

29
ESPAGUETIS ECO A L'ALLET
all i formatge ratllat

PEIX FRESC SEGONS MERCAT
amb enciam i blat de moro

FRUITA DE TEMPORADA

dijous

14
MONGETA VERDA AMB PATATES

ESTOFAT DE VEDELLA
amb pastanaga, ceba i tomàquet

FRUITA DE TEMPORADA

21 **TV**
CREMA DE PORROS

FAJITES DE MONGETES SEQUES ECO
I ARRÒS ECO

FRUITA DE TEMPORADA

28
TRINXAT DE COL I PATATA
col, patata i panxeta

PIT DE POLLASTRE A LA PLANXA
amb niu d'enciams

FRUITA DE TEMPORADA

dimecres

13
SOPA DE LLETRES ECO
brou d'au i lletres

TIRES DE POLLASTRE AMB VERDURES
porro, pastanaga i tomàquet

FRUITA DE TEMPORADA

20
ESPIRALS ECO CARBONARA
crema de llet, bacó, ceba, formatge ratllat

ABADEJO FREGIT
amb enciam i tomàquet

FRUITA DE TEMPORADA

27
ARRÒS ECO INTEGRAL
AMB TOMÀQUET

TRUITA D'OLIVES
amb enciam i pipes

IOGURT ECO

dimarts

12 **TV**
CREMA DE CARBASSA

CUSCÚS ECO AMB CIGRONS ECO
porro, pastanaga, albergínia, tomàquet

FRUITA DE TEMPORADA

19
SOPA DE PEIX AMB ARRÒS ECO
brou de peix, tomàquet i vegetals

TACS DE GALL DINDI
AMB SALSA DE XIRIVIA
amb enciam i kikos

FRUITA DE TEMPORADA

26
BROU VEGETAL AMB
PISTONS ECO

MANDONGUILLES DE VEDELLA ECO
amb tomàquet, pastanaga i ceba

FRUITA DE TEMPORADA

dilluns

11
MACARRONS INTEGRALS ECO
AMB PESTO
alfabrega i formatge ratllat

TRUITA DE PATATES I CEBA
amb enciam i blat de moro

FRUITA DE TEMPORADA

18 **ENS HO MENGEM TOT!**
PATATES GUISADES AMB VERDURES
tomàquet, ceba, pastanaga i porros

TRUITA DE FORMATGE
amb enciam i olives

FRUITA DE TEMPORADA

25 **TV**
CREMA DE VERDURES
amb crostons de pa

LLENTIES ECO AMB VERDURES
tomàquet, pastanaga, ceba i carbassó

FRUITA DE TEMPORADA

