



Dilluns

Dimarts

Dimecres

Dijous

Divendres

FESTIU	7 Arròs tres delícies Pit de pollastre a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	8 Llacets amb salsa de tomàquet i xampinyons Botifarra de pagès amb xips Fruita de temporada	9 Llenties amb verdures Lluç a la planxa amb amanida Fruita de temporada	10 Mongeta verda i patata Pollastre amb farigola amb tomàquet amanit logurt
	13 Mongetes blanques amb verdures Lluç a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	14 Arròs amb hortalisses Pit de pollastre al forn amb tomàquet provençal Fruita de temporada	15 Crema de parmentier Llom de porc al forn amb salsa de mel i mostassa Fruita de temporada	16 Espaguetis amb tomàquet Pit de pollastre al forn amb patata al caliu Fruita de temporada
	20 Espirals amb ceba i bacó Bacallà al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	21 Sopa marinera de lluç Pernillets de pollastre al forn amb salsa de poma Fruita de temporada	22 Bròquil amb patata Estofat de gall dindi amb pastanaga i xampinyons Fruita de temporada	23 Cigrons estofat amb verdures Lluç a la planxa amb tomàquet amanit i pipes Fruita de temporada
	27 Macarrons amb tomàquet Gall dindi a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	28 Llenties pardines guisades Lluç al forn amb salsa marinada Fruita de temporada	29 Arròs tres delícies Pit de pollastre a la planxa amb tomàquet provençal Fruita de temporada	30 Sopa casolana de pollastre Mandonguilles de vedella amb sofregit de verdures Fruita de temporada
				31 Mongeta verda amb patata i pastanaga Pollastre al forn en el seu suc amb enciam i olives logurt

 **cantábrico**
- CÀTERING DES DE 1975 -

**La Dietista-Nutricionista
EL BERENAR**

A mitja tarda, es pot aprofitar per fer un petit àpat que complementi les racions alimentàries aportades per l'esmorzar, el dinar i el sopar. Per berenar es poden oferir aliments diferents, entre els quals cal prioritzar la fruita fresca, la fruita seca, els farinacis integrals i els lacticis sense ensucrar. Cal respectar el temps i evitar les presses i les pressions.

CENTRE **SAN GUILLEM**

Menús revisats per Cristina
Ballester de Cendra, Diplomada en
Nutrició Humana i Dietètica
Número de col·legiada CAT001089

R.E.C.I.P.A.C264388/CAT.N.R.2601796 B