

MENÚ BASAL – REFORÇAT AMB FERRO

S'afegeix suc de llimona a totes les coccions, sobretot a les proteïques i a les llegums.



SETMANA 1

DILLUNS

DI: ENSALADA DE LLENTIES AMB VINAGRETA DE MEL, PECHUGA DE PAVO EN SALSA AMB PATATES
SO: ESPINACS, SALTEJATS, SALSITXES DE POLLASTRE

DIMARTS

DI: MACARRONS A LA NAPOLITANA, ABADJO AMB CEBA AMB AMANIDA
SO: CREMA DE XAMPINYONS, HAMBURGUESA DE VEDELLA AMB PATATES AL VAPOR

DIMECRES

DI: ENSALADILLA RUSSA, CUIXETES DE POLLASTRE AL FORN AMB DAUS DE CARBASSA
SO: SOPA DE PASTA, LLUÇ A LA DONOSTIARRA AMB DAUS DE CARBASSA

DIJOUS

DI: EMPEDRAT DE CIGRONS, RABES ARREBOSSADES, AMANIDA D'ENCIAM I BLAT DE MORO
SO: VICHYSSEOISE, TRUITA DE PATATES AMB TOMÀQUET AL FORN

DIVENDRES

DI: CREMA FREDA DE MELÓ, ARRÓS AMB MAGRE DE PORC
SO: CREMA DE PASTANAGA, BIQUINI DE PERNIL I FORMATGE

DISSABTE

DI: GASPATXO, LLOMS DE LLUÇ ARREBOSSATS
SO: MENESTRA DE VERDURES, OUS FARCITS DE TONYINA SOBRE LLIT D'ENCIAM

DIUMENGE

DI: AMANIDA VERDA, FIDEUÀ AMB ALLIOLI
SO: SOPA MERAVELLA, EMBOTIT AMB PA AMB TOMÀQUET

SETMANA 2

DI: ESPAGUETIS AMB SALSA DE TOMÀQUET I ALFÀBREGA, CUIXETES DE POLLASTRE AL CHILINDRÓN
SO: SOPA DE VERDURES, LLUÇ EN SALSA VERDA

DI: CIGRONS ESTOFATS, RODÓ DE GALL D'INDI ROSTIT AMB SALSA ROTI
SO: CREMA FREDA DE CARBASSÓ, TRUITA FRANCESA, AMANIDA D'ENCIAM

DI: ARRÓS TRES DELÍCIES, PALETS DE LLUÇ, AMANIDA D'ENCIAM
SO: SALTEJAT DE BRÒCOLI, SALSITXES DE PORC

DI: SALMOREJO, BOTIFARRA AL FORN AMB MONGETES BLANQUES
SO: CREMA DE VERDURES, CROQUETES DE PERNIL, AMANIDA D'ENCIAM

DI: AMANIDA DE PASTA, FILET D'HALIBUT A LA GALLEGA
SO: SOPA DE PASTA, TRUITA D'ESPINACS AMB TOMÀQUET AL FORN

DI: SALPICÓ DE MARISC, CANELONS DE CARN GRATINATS
SO: CREMA PARMENTIER, FILET DE CUIXA DE POLLASTRE AMB PISTO DE VERDURES

DI: MONGETA VERDA I PASTANAGA, GALTES DE PORC ESTOFADES
SO: CREMA DE CARBASSÓ, LLUÇ A LA DONOSTIARRA AMB PATATES

SETMANA 3

DI: GAZPACHO, ALBERGÍNIA FARCIDA DE CARN, ARRÓS PILAF
SO: SOPA DE PEIX, TRUITA DE PATATES, AMANIDA D'ENCIAM

DI: AMANIDA DE LLENTIES, CUIXETES DE POLLASTRE, DAUS DE CARBASSÓ
SO: CREMA DE PASTANAGA, LLUÇ EN SALSA VERDA, PÈSOLS SALTEJATS

DI: MACARRONS AMB TOMÀQUET I XORIÇ, RAP A LA GRIEGA, PEBROT VERMELL
SO: SOPA DE PASTA, SALSITXES DE GALL D'INDI, CARBASSÓ AL FORN

DI: AMANIDA VERDA, PAELLA MIXTA
SO: CREMA D'ESPÀRRECS, ABADJO AL LLIMONA, TOMÀQUET AL FORN

DI: MONGETES PINTES A LA RIOJANA, BACALLÀ A LA ROMANA, AMANIDA D'ENCIAM
SO: CREMA DE VERDURES, TIRES DE POLLASTRE AMB VERDURES

DI: AMANIDA DE PATATA, FRICANDÓ DE VEDELLA, PÈSOLS SALTEJATS
SO: SALTEJAT DE BRÒCOLI, TRUITA FRANCESA, AMANIDA D'ENCIAM

DI: CREMA DE VICHYSSEOISE, LLUÇ AL FORN, VERDURES D'ENSALADILLA
SO: SOPA DE PASTA, SANDVITX VEGETAL

SETMANA 4

DI: PATATES ESTOFADES AMB TXISTORRA, POLLASTRE AMB PRUNES, XAMPINYONS SALTEJATS
SO: SOPA D'AU AMB FIDEUS, CRESTES DE TONYINA, SALTEJAT DE PÈSOLS

DI: EMPEDRAT DE MONGETES BLANQUES, HAMBURGUESES ENCEBOLLADES, PATATES FREGIDES
SO: MENESTRA DE VERDURES, TRUITA FRANCESA, AMANIDA D'ENCIAM

DI: ARRÓS AMB TOMÀQUET, FILET DE LLUÇ A LA ROMANA, AMANIDA D'ENCIAM
SO: CREMA DE VICHYSSEOISE, COSTELLA DE GALL D'INDI A L'ALL, VERDURES SALTEJADES

DI: SALMOREJO, MANDONGUILLES EN SALSA DEMIGLACE, DAUS DE CARBASSÓ
SO: BLEDES SALTEJADES AMB PATATA, HALIBUT AL FORN, AMANIDA D'ENCIAM

DI: AMANIDA DE PASTA, Salmó al forn, PASTANAGA SALTEJADA
SO: CREMA DE XAMPINYONS, TRUITA DE PEBROTS I CEBA, TOMÀQUET AL FORN

DI: MELÓ AMB PERNIL, CUIXA DE POLLASTRE, SALTEJAT MEDITERRANI
SO: MONGETA VERDA AMB PATATA, CROQUETES DE PERNIL, AMANIDA D'ENCIAM

DI: ENSALADILLA RUSSA, ESTOFAT DE VEDELLA, XAMPINYONS SALTEJATS
SO: SOPA DE VERDURES AMB PASTA, CRESTES DE TONYINA

ESMORZAR: CAFÈ/LLET SEMIDESNATADA/INFUSIÓ. MAGDALENES/TORRADA AMB MANTEGA I MELMELADA o OLI I TOMÀQUET / CROISSANT / GALETES / XURROS / FRUITA.

BERENAR: GALETES / MAGDALENES / PA DE LLET / PA DE PESSIC / SOBAO PASIEGO. CAFÈ / LLET / INFUSIONS.

POSTRE: FRUITA DE TEMPORADA / POMA AL FORN / PROFITEROLS / IOGURT / GELAT / NATILLES / PASTÍS

D'ACORD AMB EL MODEL ACP, S'OFEREIX LLIURE ELECCIÓ A L'ESMORZAR I EL BERENAR.