

# Menú Basal 2024 Juny, Juliol i Agost



24/6	25/6	26/6	27/6	28/6
	<b>1er:</b> Bròquil amb patata <b>2on:</b> Pollastre a la llimona al forn <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Amanida de pasta (tonyina, olives, i moresc) 🐟🥑 <b>2on:</b> Peix de llotja amb amanida 🐟 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Arròs amb tomàquet <b>2on:</b> Trita de patata amb amanida 🥑 <b>Postres:</b> logurt 🥛	<b>1er:</b> Crema freda de verdures amb crostons de pa 🥑 <b>2on:</b> Salsitxes amb amanida 🐟* <b>Postres:</b> Fruita
1/7	2/7	3/7	4/7	5/7
<b>1er:</b> Amanida verda amb tonyina 🐟 <b>2on:</b> Fideus a la cassola 🥑* <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Arròs tres delícies* <b>2on:</b> Lluç amb salsa verda 🐟 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Mongeta verda i patata <b>2on:</b> Daus de gall d'indi al forn a la taronja <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Cigrons amb tomàquet i picada 🥑 <b>2on:</b> Trita de formatge amb tomàquet i enciam 🥑🥑 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Vichyssoise <b>2on:</b> Hamburgueses vegetals amb patates xips <b>Postres:</b> Flam
8/7	9/7	10/7	11/7	12/7
<b>1er:</b> Gaspatxo amb crostons 🥑 <b>2on:</b> Llom amb salsa de poma i canyella* <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Amanida Alemanya (cogombret, frankfurt i maionesa)* <b>2on:</b> Suquet de peix 🐟 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Espirals amb tomàquet i orenga 🥑 <b>2on:</b> Remenat d'ou amb amanida 🥑🥑 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Empedrat de cigrons <b>2on:</b> Pollastre al forn a les herbes provençals <b>Postres:</b> logurt 🥛	<b>1er:</b> Amanida de formatge i vinagreta de fruits secs 🥑🥑 <b>2on:</b> Fideuada 🐟🥑🥑 <b>Postres:</b> fruita
15/7	16/7	17/7	18/7	19/7
<b>1er:</b> Arròs tres delícies amb soja 🥑 <b>2on:</b> Llom a la planxa amb salsa rocafort 🥑* <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Crema freda de porro i carbassó 🥑 <b>2on:</b> Pollastre al curry amb cous-cous 🥑 <b>Postres:</b> Natilles	<b>1er:</b> Amanida "Cesar" 🐟 <b>2on:</b> Arròs el senyorel 🐟 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Tricolor de verdura al vapor (mongeta, patata i pastanaga) <b>2on:</b> Palometa a la romana amb amanida 🐟🥑 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Amanida de lleties (tomàquet, tonyina i moresc) 🐟 <b>2on:</b> Trita campera amb amanida 🥑 <b>Postres:</b> Fruita
22/7	23/7	24/7	25/7	26/7
<b>1er:</b> Amanida de patata, tonyina, olives i moresc 🐟 <b>2on:</b> Trita de carbassó amb barreja d'enciams, moresc i olives 🥑 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Cigrons amb ceba i tomàquet <b>2on:</b> Estofat de vedella amb patata i pastanaga <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Llacets amb salsa de xampinyons 🥑🥑 <b>2on:</b> Gall d'indi al forn estil oriental <b>Postres:</b> Fruita 1er	<b>1er:</b> Arròs saltejat amb soja i verdures 🥑 <b>2on:</b> Peix de llotja amb amanida 🐟🥑 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Crema de meló amb encenalls de pernil <b>2on:</b> Fingers de pollastre amb chips de patata 🥑 <b>Postres:</b> Gelat
29/7	30/7	31/7	1/8	2/8
<b>1er:</b> Mongeta blanca saltejada amb all julivert <b>2on:</b> Botifarres amb patates al caliu 🥑* <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Minestra de verdures <b>2on:</b> Pollastre rostit a la catalana 🥑 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Espaguetis amb carbonara 🥑🥑* <b>2on:</b> Trita a la francesa amb amanida 🥑 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Arròs amb tomàquet <b>2on:</b> Calamars a la romana amb amanida 🐟🥑 <b>Postres:</b> Fruita	<b>1er:</b> Amanida verda <b>2on:</b> Hamburguesa amb formatge i pa de Viena 🥑🥑🥑 <b>Postres:</b> Gelat

\* Aliment a substituir per opció Halal

- Tots els nostres àpats estan cuinats amb AVOE
- Pa de fleca blanc o integral
- Sempre hi haurà opció d'amanida com a complement
- Els làctics són de la Fageda
- Peix de llotja de Vilanova

**PETITS GRANS CONSELLS**

Si sabem **preparar** els nostres plats, tindrem **criteri** i **consciència** del menjar i sobretot **coneixement** de la nostra cultura gastronòmica.

**Deixa'ls participar a la cuina!**

**“Som el que mengem, sí ara tenim curiositat i interès, demà sabrem**



Alba Vigó, Dietètica i nutrició [albavigo@gmail.com](mailto:albavigo@gmail.com)  
 El nostre menú s'ha elaborat seguint les recomanacions de l'Agència de la Salut Pública Catalana