



Viatge Culinari a l'època Grega

LOLA ANGLADA: NOVEMBRE

			Dijous 1	Divendres 2
			FESTA	PONT
Dilluns 5	Dimarts 6	Dimecres 7	Dijous 8	Divendres 9
Macarrons ECO amb tomàquet i formatge Trita a la francesa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Crema de carbassó Pollastre al forn amb patates Fruita de temporada	Llenties ECO estofades Peix fresc al forn amb enciam i pastanaga Iogurt	Arròs ECO amb xampinyons Hamburguesa de vedella amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patates Peix fresc arrebossat amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
Dilluns 12	Dimarts 13	Dimecres 14	Dijous 15	Divendres 16
Espaguetis ECO amb tomàquet Trita de pernil dolç amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Coliflor amb patata Estofat de porc amb verduretes Fruita de temporada	Cigrons ECO estofats amb patata, ceba i pastanaga Filet de lluç al forn amb samfaina Fruita de temporada	Crema de carbassa i moniato Escalopa de pollastre amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs ECO a la milanesa Peix fresc al forn amb enciam i pastanaga Iogurt
Dilluns 19	Dimarts 20	Dimecres 21	Dijous 22	Divendres 23
Mongetes blanques ECO estofades amb patata, ceba i porro Trita a la francesa amb tomàquet amanit Fruita de temporada	Brou de pollastre amb pasta ECO Botifarra a la planxa amb mongetes Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada Seitó arrebossat amb enciam i olives Iogurt	Trinxat de col i patata Pollastre a la provençal amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs ECO amb verdures Peix fresc al forn amb enciam i olives Fruita de temporada
Dilluns 26	Dimarts 27	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
Crema de pastanaga Remenat d'ou amb patata Fruita de temporada	Minestra de verdures Estofat de vedella amb xampinyons Fruita de temporada	Arròs ECO amb bolets Broqueta de pollastre amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Fideuà de marisc (pasta ECO) Tires de calamar arrebossades amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	FAKES ATHENEA (Llenties ECO estofades amb patata, ceba i porro) ΨΑΡΙΑ A LA POSEIDON AMB AMANIDA GREGA (Peix fresc al forn amb tomàquet i olives negres) IOGURT GREC

Pa normal o integral a triar.

Productes de proximitat i/o ecològics (verdures, fruita, llegums, pasta, làctics).

Les postres làctiques són elaborades per la cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.

Utilitzem oli d'oliva per cuinar, amanir i fregir

En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor, La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

Plat calent: Temperatura de conservació $\geq 65^{\circ}\text{C}$. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

Plat fred: Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

Tot el menjar és per a consum immediat.

