Octavio Paz

ROCA GASTRONOMIA COL·LECTIVA GONZALEZ

MC Monitoratge i Cuina

E.s/porc

Novembre

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2 Arròs int.saltat a/verdures Esc Cigrons a/tomàquet,pastan i ceba Fruita i pa integral	3 Llenties estofades Lluç al forn amb enciam Fruita i pa integral	4 Macarrons amb tomàquet Pollastre a la llimona Iogurt ECO i pa integral	5 Crema de carbassó Gall dindi al forn amb enciam Fruita i pa integral	6 Minestra de verdures Truita de formatge amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral
9 Arròs int a/xampis,pastna,ceba Mandong. veggie a/salsa tomàquet Fruita i pa integral	10 Crema de carbassa Cuixa de pollastre forn amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral	11 Espaguetis a/pesto d'espinacs Truita de patates amb enciam Iogurt ECO i pa integral	12 Mongetes b. estofades Seitons arrebossats amb enciam Fruita i pa integral	13 Bròquil i patata Broquetes de pollastre amb enciam i olives Fruita i pa integral
16 Crema moniato Esc Macarrons bolonyesa vegetal Fruita i pa integral	17 Llenties estofades Lluç en salsa verda Esc Fruita i pa integral	18 Arròs integral amb tomàquet Pollastre al forn amb enciam Iogurt ECO i pa integral	19 Fideuà de verdures Truita de tonyina amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral	20 Mongetes verdes i patata Estofat g.dindi a/samfaina Esc Fruita i pa integral
23 Crema de verdures Salmó a la planxa amb puré de patata Fruita i pa integral	24 Arròs integral a/verdures Esa Cigrons a/tomàquet Fruita i pa integral	25 Mongetes b. estofades Esc Truita de carbassó amb enciam i pastanaga Iogurt ECO i pa integral	26 Sopa de pistons Pollastre amb samfaina Fruita i pa integral	27 Tricolor de verdures Pizza de formatge Esc Fruita i pa integral
30 Crema de pastanaga Pollastre al forn amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral				

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PROXIMITAT. Els nostres menús estan supervisats per dietistes nutricionistes col·legiats (Núm. CAT001186 i Núm. CAT002326) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable des de la primera infància. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificada pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làcties són productes de granja elaborats amb sistemes de producció ecològica.

RSIPAC: 26.06772/CAT - RGSEAA: 26.12608/B - Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.