

Viatge Culinari a l'època Actual

IOLA ANGLADA: MAIG



		Dimecres 1	Dijous 2	Divendres 3
		FESTA	Arròs amb tomàquet Pollastre a la provençal amb amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Patata i espinacs +Seitó en tempura amb enciam i tomàquet Iogurt
Dilluns 6	Dimarts 7	Dimecres 8	Dijous 9	Divendres 10
Amanida d'arròs (olives, pastanaga, tomàquet) Remenat d'ou amb formatge i amanida d'enciam i olives Fruita de temporada	Mongeta tendra i patata Salsitxes a la planxa amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Cigrons estofats amb patata i pastanaga Peix fresc a l'allet amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Purè de patates Estofat de gall dindi amb verdures Fruita de temporada	Fideuà de marisc Croquetes de bacallà amb enciam i tomàquet Iogurt
Dilluns 13	Dimarts 14	Dimecres 15	Dijous 16	Divendres 17
FESTA	Macarrons a la napolitana Trita de tonyina amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Bròquil i patates +Calamars a la andalusa amb enciam i olives Fruita de temporada	Llenties amb arròs Pollastre amb llimona i tomàquet amanit Fruita de temporada	Crema de carbassó Bacallà a la muselina d'all amb enciam i tomàquet Iogurt
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Amanida de pasta (ou dur, tonyina i blat de moro) Carn magra a la planxa amb tomàquet Fruita de temporada	Mongetes seques estofades Trita a la francesa amb enciam i olives Fruita de temporada	Minestra de verdures Peix fresc al forn amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Arròs amb bolets Hamburguesa de pollastre amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Trinxat de col i patates amb bacó +Peix fresc arrebossat amb enciam i cogombre Iogurt
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31 Menú època actual
Arròs amb pollastre Trita de tonyina amb enciam i olives Fruita de temporada	Amanida alemanya (patata, ou dur, frankfurt) +Calamars a la romana amb tomàquet i cogombre Fruita de temporada	Macarrons a la carbonara Peix fresc amb tomàquet al forn Fruita de temporada	Crema tèbia de porro Pollastre al forn amb samfaina Fruita de temporada	-DINEM A LA FRESCA- Meló amb pernil Hamburguesa amb patates xips Gelats

Incloem pa blanc i pa integral cada dia.
Productes de proximitat i/o ecològics (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics).
Les postres làctiques són elaborades per la cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa.
Utilitzem oli d'oliva per cuinar i amanir i oli de gira-sol alt oleic per fregir.
+Arrebossat pel cuiner

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.

