

IOLA ANGLADA: SETEMBRE



Dilluns 16	Dimarts 17	Dimecres 18	Dijous 19	Divendres 20
Crema de carbassa Salsitxes a la planxa amb patates fregides Fruita de temporada	Cigrons estofats amb patata, pastanaga i tomàquet Pollastre a la taronja amb amanida d'enciam i cogombre Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Peix fresc al forn amb enciam i blat de moro Iogurt	Coliflor i patata Trita de formatge i amanida d'enciam i pastanaga Fruita de temporada	Fideuà de marisc Calamars a la romana amb tomàquet amanit Fruita de temporada
Dilluns 23	Dimarts 24	Dimecres 25	Dijous 26	Divendres 27
Crema de carbassó Llom a la italiana amb enciam i olives Fruita de temporada	Mongetes seques estofades Trita a la francesa amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Sopa amb marisc amb pasta Peix fresc al forn amb enciam i pastanaga Crema de xocolata	Mongeta tendra, patata i pastanaga Estofat de pollastre amb xampinyons Fruita de temporada	Arròs a la milanesa Peix fresc arrebossat amb enciam i blat de moro Fruita de temporada

Dilluns 30

Patates estofades amb costella
Gall dindi al allet amb enciam i olives
Fruita de temporada



Dijous 12	Divendres 13
Macarrons amb tomàquet i formatge Remenat d'ou amb tomàquet i amanida d'enciam i blat de moro Fruita de temporada	Llenties guisades amb ceba, patata i pastanaga Peix fresc arrebossat amb enciam i olives Fruita de temporada

Pa normal o integral a triar.
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.

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.