

# LOLA ANGLADA: SETEMBRE

Dilluns 14	Dimarts 15	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
Macarrons amb tomàquet i formatge Truita a la francesa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Mongeta tendra, patata i pastanaga Vedella al forn amb xampinyons Fruita de temporada	Llenties guisades amb ceba, patata i pastanaga Peix fresc arrebossat amb enciam i olives Iogurt	Arròs amb tomàquet Pollastre al forn amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Crema de carbassa Peix fresc al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
Dilluns 21	Dimarts 22	Dimecres 23	Dijous 24	Divendres 25
Arròs a la milanesa Llom a la italiana amb enciam i olives Fruita de temporada	Mongetes seques estofades Truita de formatge i amanida d'enciam i tomàquet Fruita de temporada	Crema de carbassó <b>fresc</b> Peix fresc al forn amb enciam i pastanaga Gelats	Sopa amb marisc amb pasta Estofat de pollastre amb xampinyons Fruita de temporada	Bròquil i patata Peix fresc arrebossat amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
Dilluns 28	Dimarts 29	Dimecres 30		
Patates estofades amb sípia Gall dindi al allet amb enciam i olives Fruita de temporada	Llenties amb quinoa Truita de tonyina amb enciam i cogombre Fruita de temporada	Macarrons a la carbonara Peix fresc al forn amb enciam i pipes Fruita de temporada		

Pa normal o integral a triar.

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

El peix fresc que es servirà serà segons mercat, entre ells poden ser: filet de lluç, llobarro, orada, bacallà, fogoner, seitó.

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

Iogurt sense sucre a elecció del centre.

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.

