

LOIA ANGLIADA: DESEMBRE

Dimarts 1	Dimecres 2	Dijous 3	Divendres 4	
Bròquil i patata Pollastre arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Arròs amb xampinyons Peix fresc al forn amb enciam i blat de moro Iogurt	Cigrons estofats Trita de formatge amb enciam i cogombre Fruita de temporada	Crema d'espàrrecs Bacallà al forn amb samfaina Fruita de temporada	
Dilluns 7	Dimarts 8	Dimecres 9	Dijous 10	Divendres 11
FESTA		Arròs amb tomàquet Remenat d'ou amb enciam i olives Fruita de temporada	Llenties amb verdures Salsitxes amb enciam i tomàquet Fruita de temporada	Mongeta tendra amb patates Peix arrebossat amb mix d'enciams Iogurt
Dilluns 14	Dimarts 15 <u>Dia de la proteïna vegetal</u>	Dimecres 16	Dijous 17	Divendres 18
Espinacs i patata Trita de tonyina amb enciam i olives Fruita de temporada	Mongetes estofades Nuguets de bròquil amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Arròs amb verdures Peix arrebossat amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Crema de verdures de temporada Vedella, amb suc i cuscús Fruita de temporada	Macarrons amb tomàquet i formatge Peix al forn amb enciam i cogombre Iogurt
Dilluns 21 <u>Menú Nadal</u>				

Sopa de Nadal
Pollastre rostit amb patates
Crema de xocolata amb neules

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.

