

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
				1 Crema de pèsols
				Pollastre planxa amb guarnició
				Fruita de temporada
4	5	6	7	8
Festiu	Amanida d'arròs	Bròquil amb patata	Amanida de quinoa	Crema de pastanaga
	Pollastre planxa amb guarnició	Lluç al forn amb guarnició	Llom planxa amb guarnició	Filet de gall d'indi amb guarnició
	Fruita de temporada	logurt del berguedà	Fruita ECO	Fruita de temporada
11	12	13	14	15
Minestra de verdures	Quinoa amb verdura	Macarrons amb bròquil i formatge	Carxofes al vapor	Amanida de formatge de cabra
Llom planxa amb guarnició	Pernilets de pollastre amb enciam i tomàquet	Peix planxa amb guarnició	Gall d'indi a la planxa amb guarnició	Bistec planxa amb guarnició
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita ECO	logurt del berguedà
18	19	20	21	22
Pèsols i patata	Amanida tropical	Cus cus amb verdures	Amanida de cigrons	Bròquil amb 'patates
Peix planxa amb guarnició	Llom planxa amb guarnició	Gall d'indi planxa amb guarnició	Lluç al forn amb guarnició	Pollastre al forn amb guarnició
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita ECO	logurt del berguedà
25	26	27	28	29
Verdures saltejades amb formatge de cabra	Sopa vegetal	Amanida de pasta	Crema de verdures	Amanida de lleties amb bacallà
Llom planxa amb guarnició	Peix planxa amb guarnició	Bistec planxa amb guarnició	Pollastre al forn amb guarnició	Hamburguesa de vedella amb guarnició
Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt del Berguedà	Fruita ECO	Fruita de temporada

Recorda

-El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.

-D'aquest menú un 25% de la pasta és ecològica.

-El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.

-És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És de proximitat i quatre vegades al mes és ecològica.

-Els dijous el pa és integral.

-Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.

-El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.

-Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.



93 717 83 35

www.gumen-catering.com

Pot resoldre els seus dubtes a: info@gumen-catering.com o a través de la nostra web.

GUMEN CATERING,S.L. C/Tamarit 10 (08205) Sabadell, Barcelona REG/SANITARI 26.05609/