



gumen
càtering

MENÚ JUNY 2019

REGIM

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
3	4	5	6	7
Minestra de verdures	Arròs tres delícies	Amanida de lleties	Amanida de pasta	Puré de verdures
Hamburguesa de vedella amb enciam i olives	Peix al forn amb ceba, patata i pebrot	Llom a la planxa amb enciam i blat de moro	Truita francesa amb enciam i pastanaga	Pernilets de pollastre al forn amb enciam i tomàquets
Fruita de proximitat 10	Fruita de proximitat 11	Fruita de proximitat 12	logurt del Berguedà 13	Fruita de proximitat 14
Amanida de cigrons	Amanida de patata	Bròquil amb patata	Crema de pèsols	Amanida de pasta
Filet de gall d'indi a la planxa amb enciam i pastanaga	Hamburguesa de vedella amb tomàquet i blat de moro	Peix planxa amb enciam i olives	Llom planxa amb enciam i pastanaga	Pollastre al forn amb ceba i xampinyons
Fruita de proximitat 17	Fruita de proximitat 18	Fruita de proximitat 19	logurt del Berguedà 20	Fruita de proximitat 21
Puré de carbassa i pastanaga	Amanida tropical	Amanida de cigrons	Mongeta tendra amb patata	
Hamburguesa de pollastre amb enciam i tomàquet xerri	Truita francesa amb enciam i olives	Lluç al forn amb enciam i pastanaga	Pollastre rostit amb prunes i pinyons	
Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	logurt del Berguedà	Fruita de proximitat	

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/