

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
	1	2	3	4
	Amanida de quinoa	Crema de carbassó	Minestra de verdures	Amanida d'alvocat i gambes
	Bistec planxa amb guarnició	Lluç al forn amb verdures	Llom planxa amb guarnició	Hamburguesa de vedella amb guarnició
	Làctic	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat
7	8	9	10	11
Mongeta tendra i patata	Coliflor amb patates	Raviolis d'espínacs i ricotta	Puré de bròquil	Tabule
Peix planxa amb guarnició	Filet de pollastre planxa amb guarnició	Llom planxa amb guarnició	Escalopa de pollastre amb guarnició	Lluç al forn amb guarnició
Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Làctic	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat
14	15	16	17	18
Verdura	Pasta integral amb saltejat de verdures	Minestra de verdures	Crema de verdures	Pèsols i patata
Bistec planxa amb guarnició	Peix planxa amb guarnició	Pollastre planxa amb guarnició	Llom planxa amb guarnició	Hamburguesa de verdures amb guarnició
Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	logurt del Berguedà
21	22	23	24	25
Crema de bolets	Fusilli capresse	Crema de verdures	Amanida d'alvocat i mango	Bròquil amb patates
Bistec planxa amb guarnició	Lluç al forn amb guarnició	Hamburguesa de pollastre i espínacs amb Guarnició	Pollastre al forn amb guarnició	Truita francesa amb enciam i tomàquet
Fruita de proximitat	Làctic	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat
28	29	30	31	
Duo de bròquil i coliflor	Mongeta tendra i patata	Macarrons eco amb bròquil i formatge	Verdures amb formatge de cabra	
Lluç al forn amb verdures	Bistec planxa amb guarnició	Filet de gall d'indi amb guarnició	Llom planxa amb guarnició	
Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Làctic	

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 dues 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/