

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2	3	4	5	6
Minestra de verdures	Macarrons amb tomàquet	Arròs amb tomàquet	Llenties guisades amb i xoriço	FESTIU
Librets de llong amb enciam, pastanaga i olives	Pernilets de pollastre amb enciam, tomàquet i cogombre	Lluç al forn amb pastanaga, ceba i xampinyons	Truita a la francesa amb tomàquet i blat de moro	
Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	logurt del Berguedà	
9	10	11	12	13
Sopa de pasta	Cigrons estofats amb ceba i tomàquet	Mongeta tendra i patata	Arròs a la cubana	Purè de pastanaga
Truita de carbassó amb tomàquet i blat de moro	Pollastre al forn amb enciam, tomàquet i olives	Rodó de vedella amb bolets	Bacallà al forn amb enciam i pastanaga	Hamburgueses de pollastre amb tomàquet, pastanaga i olives
Fruita de proximitat	logurt del Berguedà	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat
16	17	18	19	20
Crema de pèsols	Arròs amb tomàquet	Crema de verdures	Macarrons amb tomàquet	Sopa de nadal
Lluç arrebossat amb enciam, pastanaga i olives	Gall d'indi estofat	Truita de patata i ceba amb enciam, tomàquet i blat de moro	Salsitxes de porc amb enciam, pastanaga i ceba	Pollastre amb prunes i pinyons
Fruita de proximitat	logurt del Berguedà	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Postres especials
23	24	25	26	27
Mongeta i patata	Sopa de pasta	NADAL	SANT ESTEVE	FESTIU
Vedella estofada	Pollastre Orly amb enciam i tomàquet			
Fruita de proximitat	Fruita de proximitat			
30	31			
Fideus a la cassola	Crema de bròquil i patata			
Pollastre planxa amb enciam i tomàquet	Lluç al forn amb enciam i blat de moro			
Fruita de proximitat	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 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/



MENÚ REVISAT PER
GEORGINA BERMUDEZ I ARGEMI – Dietista nutricionista
CODINUCAT 000047