

MENÚ GENER 2020

Menú Llar d'infants

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
30	31	1	2	3
FESTIU				
6	7	8	9	10
REIS	FESTIU	Sopa de pasta Pollastre al forn amb enciam i olives	Arròs amb tomàquet Lluç arrebossat amb enciam i pastanaga	Crema de verdures Canelons de carn amb beixamel
13	14	15	16	17
Minestra de verdures Llom al forn amb salsa de tomàquet	Crema de carbassa Truita de patates amb enciam i olives	Llenties amb verdures Pernilets de pollastre a l'allada	Macarrons amb tomàquet Mandonguilles a la jardinera	Arròs tres delícies Lluç al forn amb verduretes
Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	logurt del Berguedà	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat
20	21	22	23	24
Sopa de pasta Escalopa de pollastre arrebossat amb enciam i cogombre Fruita de proximitat	Puré de cigrons i verdures Hamburguesa de vedella planxa amb tomàquet i olives logurt del Berguedà	Arròs amb tomàquet Truita a la francesa amb enciam, tomàquet i blat de moro Fruita de proximitat	Escudella Bacallà al forn amb pastanaga i pebrot Fruita de proximitat	Mongeta tendra i patata Gall d'indi rostit amb xampinyons Fruita de proximitat
27	28	29	30	31
Puré de verdures Truita de patates amb enciam i pastanaga Fruita de proximitat	Arròs cinc delícies Estofat de vedella amb salsa Fruita de proximitat	Crema de pèsols Lluç al forn amb verduretes logurt del Berguedà	Bròquil amb patates Pollastre rostit amb xampinyons Fruita de proximitat	Sopa de pasta Croquetes de carn amb enciam i olives 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

