



# MENÚ HALAL - GENER 2025

FESTIU	FESTIU	DIMECRES 8	DIJOUS 9	DIVENDRES 10
		Espaguetis integrals amb salsa de pesto Enciams variats + crudité Peix S/M al forn amb salsa d'all cremat Fruita de temporada	Minestra de verdures (patata, espinacs i paastanaga) Enciams variats + crudité Cigrons estofats amb soja texturitzada Iogurt natural ECO	Sopa de peix amb pasta Enciams variats + crudité Pollastre al forn amb mel i romaní Fruita de temporada
DILLUNS 13	DIMARTS 14	DIMECRES 15	DIJOUS 16	DIVENDRES 17
Coliflor, pèsols i patata al vapor Enciams variats + crudité Estofat de lleties i pastanaga amb tomàquet Fruita de temporada	Crema de carbassa Enciams variats + crudité Truita de patates Fruita de temporada	Arròs integral amb salsa verdures (carbassó i pastanaga) Enciams variats + crudité Hamburguesa de pollastre amb tomàquet provençal Fruita de temporada	Puré de patates amb verduretes Enciams variats + crudité Cigrons enromescats i espinacs Fruita de temporada	Lasanya vegetal (Hand made) Enciams variats + crudité Peix S/M al forn amb picada verda Iogurt natural ECO
DILLUNS 20	DIMARTS 21	DIMECRES 22	DIJOUS 23	DIVENDRES 24
Arròs amb salsa marinera de calamars Enciams variats + crudité Ous durs sobre llit d'enciam i guarnició vegetal Fruita de temporada	Patata, mongeta tendra i pastanaga al vapor Enciams variats + crudité Falàfels de cigrons amb salsa de iogurt i menta Fruita de temporada	Crema de verdures amb arròs inflat Enciams variats + crudité Estofat d'au a la jardinera Fruita de temporada	Espaguetis integrals amb tomàquet fregit Enciams variats + crudité Saltat de mongetes i bròquil amb all i julivert Iogurt natural ECO	Crema de blat de moro i els seus flocs Enciams variats + crudité Peix S/M al forn amb patates i salsa d'all cremat Fruita de temporada
DILLUNS 27	DIMARTS 28	DIMECRES 29	DIJOUS 30	DIVENDRES 31
Lleties estofades amb salsa de verdures (carbassó i pastanaga) Enciams variats + crudité Pollastre al forn amb grapat de cereals Iogurt natural ECO	Macarrons integrals amb salsa carbonara vegetal Enciams variats + crudité Hamburguesa de verdures i llegums amb chutney de fruita Fruita de temporada	Crema de carbassa i moniato Enciams variats + crudité Peix S/M al forn amb patates i picada Fruita de temporada	Cigrons saltats amb pèsols i ceba Enciams variats + crudité Arròs integral amb bolonyesa vegetal Fruita de temporada	Sopa de pollastre amb pasta Enciams variats + crudité Truita de patates Fruita de temporada

Seguint les guies vigents, se servirà diàriament amanida variada (enciam, blat de moro, pastanaga, tomàquet, lomarada, olives...). Es potenciaran el consum de fruites fresques, variada i de temporada. Es potenciarà en consum de farinacis integrals com: pa, pasta, arròs, cereals... Estem treballant juntament amb la Consultoria Nutricional Cesnut per a oferir-vos la màxima qualitat dietètica dels nostres menús.