



ÍTACA

Juny



dilluns

dimarts

dimecres

dijous

divendres

			1 Mongetes pintes estofades Truita francesa amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	FESTA
FESTA	6 Espaguetis amb pesto d'espínacs Mandonguilles de vedella amb salsa de tomàquet Fruita i pa integral	7 Amanida campera Hummus de cigrons amb talls de cogombre logurt ECO i pa integral	8 Arròs integral tres delícies Bacallà al forn amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	9 Llenties estofades Truita de formatge amb enciam i pastanaga Fruita i pa integral
12 Mongetes verdes i patata Contra cuixa de pollastre al allet amb enciam i blat de moro Fruita i pa integral	13 Crema de carbassó Mongetes blanques amb all i julivert. Fruita i pa integral	14 Amanida de pasta Gall de Sant Pere fregit amb oli d'oliva amb enciam i tomàquet logurt ECO i pa integral	15 Cigrons estofats Truita de carbassó amb enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa integral	16 MENÚ TRIAT PER 6è Amanida verda Hamburguesa complerta amb formatge i xips Cireres
19 Minestra de verdures Espaguetis a la bolonyesa vegetal Fruita i pa integral	20 Amanida d'arròs integral Truita de patata i ceba amb tomàquet amanit Fruita i pa integral	21 Llenties estofades Lluç al forn amb enciam i olives logurt ECO i pa integral	22 Amanida russa Pizza casolana de pernil dolç i formatge Gelat i pa integral	

LA FRUITA SERÀ DE TEMPORADA I DE PRÒXIMITAT.

Els nostres menús estan supervisats per dietistes - nutricionistes col·legiats (Núm. CAT000874 i Núm. CAT001899) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable des de la primera infància. Els nostres menús estan elaborats amb oli d'oliva i amb aliments de proximitat. En el cas dels llegums, arròs i pasta, a més, són de producció ecològica certificats pel CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica). Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral. Els al·lèrgens es troben indicats a les fitxes tècniques.

RSIPAC: 26.06772/CAT RGSEAA: 26.12608/B



ROCA
GASTRONOMIA COL·LECTIVA
GONZÁLEZ

