



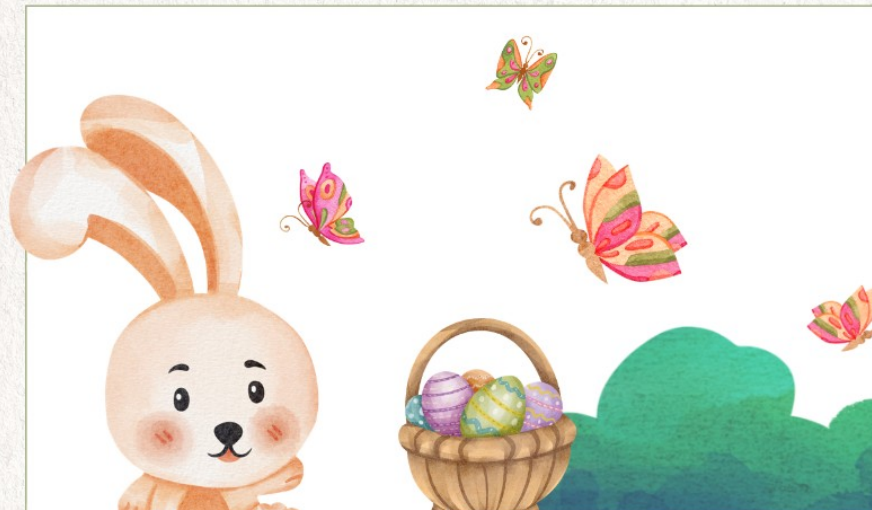
DILLUNS/LUNES

DIMARTS/MARTES

DIMECRES/MIÉRCOLES

DIJOUS/JUEVES

DIVENDRES/VIERNES

		1 			
14 Amanida Mendoza Arròs blanc amb tomaca Fruita de temporada	15 Crema de bròcoli Carabassó gratinat Fruita de temporada	16 Amanida mixta Llentilles amb bledes de proximitat Peix al forn amb creïlles Fruita de temporada	17 Macarrons amb verdures Bunyol de bacallà amb amanida Mendoza Fruita de temporada		
20 Amanida Mendoza Espaguetis amb tonyina Peix blau amb samfaina Fruita de temporada	21 Vareta de verdura i tomaca Crema de fessols amb fenoll Fruita de temporada	22 Amanida de carabassa i formatge Sopa hortolana Complement sense carn Fruita de temporada	23 Amanida Marinerà Arròs blanc amb pèsols Hamburguesa vegetal Ceba caramelitzada	24 Potatge de cigrons i verdures Truita de creïlla amb amanida mediterrànea Fruita de temporada	
27 crema de verdures Peix a la andalusa amb amanida Fruita de temporada	28 Amanida Mendoza Fesols amb bledes de proximitat Truita francesa Iogurt artesà	29 Amanida Marinerà **Sopa juliana Lasanya vegetal Fruita de temporada	30 Amanida mixta Fideuà de verdures Rotllet de primavera Fruita de temporada		

Abril 2026

AL MENJADOR,
 *Com a casa!*

Recomanacions de sopars / Recomendaciones de cenas

SEGONS AL·LÈRGIES / SEGÚN ALERGIAS

 Al·lergen	Substituir per...	 Exemples de sopars
 Gluten	Arròs, quinoa, creïlla, sorgo, mill, farina de fajol, de dacsa, d'arròs o de civada sense gluten	• Arròs amb pollastre i verdures • Quinoa amb verdures saltejades • Creïlla bullida amb peix
 Crustacis	Carn, ou, tofu, seitán, llegums o peix (no marisc)	• Pollastre a la planxa amb verdures • Lluç al forn amb creïlla
 Peix	Carn, ou, llegums	• Truita amb ensalada • Llenties amb verdures • Pollastre al forn amb carabasseta
 Ou	Carn, peix, llegums, tofu i farina de cigró (per a truita o arrebossat)	• Filet de vedella amb verdures • Peix al forn amb arròs • Cigrons saltejats amb verdures
 Cacauets	Oli d'oliva o ametles, nous, avellanes... (si es tolera)	• Arròs amb verdures i pollastre • Pasta sense salses industrials • Verdures saltejades amb fesols
 Soja	Fesols, llenties, cigrons, faves o pèsols	• Llenties estofades • Cigrons amb verdures • Arròs amb pollastre
 Làctics	Alternatives vegetals	• Crema de carabasseta sense làctics • Pollastre amb creïlla al forn • Arròs amb verdures
 Fruits de corfa	Coco ratllat, llavors de gira-sol o de carabassa (si es toleren), flocs de civada, grans de fajol o xips de poma i plàtan	• Pasta amb tomaca natural • Arròs amb verdures • Pollastre amb ensalada

 Al·lergen	Substituir per...	 Exemples de sopars
 Api	Altres verdures: cogombre, pimentó, rave, col arrissada, porro o albergínia	• Cigrons amb xampinyons • Amanida de quinoa amb formatge fresc • Pollastre amb carabasseta i carlota
 Mostassa	Oli, vinagre, maionesa, hummus o tahina	• Amanida amb pollastre • Peix al forn amb creïlla • Arròs amb verdures
 Sèsam	Oli d'oliva o altres fruits secs (si es toleren)	• Hummus sense sèsam + verdures • Arròs amb pollastre • Llenties amb verdures saltejades
 Sulfits	Producte fresc	• Carn a la planxa amb verdures • Peix al forn • Amanida d'arròs
 Tramussos	Edamame, quinoa, farina de cigró o de llentilla, nous o altres fruits secs, fesols, llenties o cigrons	• Llenties amb verdures • Cigrons saltejats • Puré de llegums
 Mol·luscs	Carn, peix (no marisc), ou o llegums	• Pollastre al forn amb moniato i carlota • Amanida i truita de creïlla • Cigrons amb pernil i carlota • Amanida de fesols amb formatge fresc

"Una alimentació segura també pot ser variada, equilibrada i saludable"



Pol. Ind. L'aberca
 C/ Benimantell, 21
 03530 - La Nucia (Alacant)

WEB
www.mendozacolectividades.com
EMAIL
info@mendozacatering.com
TÈLFONO
 96 689 50 61

  
 @mendozacolectividades