



DILLUNS/LUNES

DIMARTS/MARTES

DIMECRES/MIÉRCOLES

DIJOUS/JUEVES

DIVENDRES/VIERNES

<p>1</p> <p>Amanida Mendoza</p> <p>Paella de verdures</p> <p>Truita de carabassó</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>2</p> <p>Amanida Mediterrània</p> <p>Crema de llegums</p> <p>Pollastre amb alls</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>3</p> <p>Amanida Tropical</p> <p>Llenties amb bledes de proximitat</p> <p>Peix amb pesos</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>4</p> <p>Amanida de pasta integral amb formatge i tonyina</p> <p>Rotllet de primavera</p> <p>Gelat</p>	<p>5</p> <p>Amanida mixta</p> <p>Sopa de peix</p> <p>Mandonguilles de peix</p> <p>Pinya colada casolana</p>
<p>8</p> <p>Amanida completa amb ou dur</p> <p>Fideuà de peix de la Ilotja Vilera</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>9</p> <p>Crema de carabasseta ecològica</p> <p>Sabroso de lluç i amanida mediterrània</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>10</p> <p>Amanida Campera</p> <p>Potatge de cigrons i verdures</p> <p>Pit de pollastre amb salsa xampinyons</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>11</p> <p>TU TRIES EL MENÚ!</p>	<p>12</p> <p>Amanida</p> <p>Arròs a banda</p> <p>Remenat d'ou</p> <p>Gelat</p>
<p>15</p> <p>Crema de flor-i-col i porro</p> <p>Peix a la andalusa amb amanida</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>16</p> <p>Amanida</p> <p>Llenties amb verdures</p> <p>Pollastre al forn</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>17</p> <p>Amanida mixta</p> <p>Arròs integral amb tomaca</p> <p>Wrap de pollastre</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>18</p> <p>Amanida Mendoza</p> <p>Crema de carabassa ecològica</p> <p>Lasanya vegetal</p> <p>Fruita de temporada</p>	<p>19</p> <p>Sopa de fideus</p> <p>Pizza Mendoza de tonyina</p> <p>Gelat</p>



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	<ul style="list-style-type: none"> • Arròs amb pollastre i verdures • Quinoa amb verdures saltejades • Creïlla bullida amb peix
 Crustacis	Carn, ou, tofu, seitan, llegums o peix (no marisc)	<ul style="list-style-type: none"> • Pollastre a la planxa amb verdures • Lluç al forn amb creïlla
 Peix	Carn, ou, llegums	<ul style="list-style-type: none"> • Truita amb ensalada • Llentilles amb verdures • Pollastre al forn amb carabasseta
 Ou	Carn, peix, llegums, tofu i farina de cigró (per a truita o arrebossat)	<ul style="list-style-type: none"> • 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)	<ul style="list-style-type: none"> • Arròs amb verdures i pollastre • Pasta sense salses industrials • Verdures saltejades amb fesols
 Soja	Fesols, llentilles, cigrons, faves o pèsols	<ul style="list-style-type: none"> • Llentilles estofades • Cigrons amb verdures • Arròs amb pollastre
 Làctics	Alternatives vegetals	<ul style="list-style-type: none"> • 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	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta amb tomaca natural • Arròs amb verdures • Pollastre amb ensalada

 Al·lergen	Substituir per...	 Exemples de sopars
 Api	Altres verdures: cogombre, pimentó, rave, col arrossada, porro o albergínia	<ul style="list-style-type: none"> • Cigrons amb xampinyons • Amanida de quinoa amb formatge fresc • Pollastre amb carabasseta i carlota
 Mostassa	Oli, vinagre, maionesa, hummus o tahina	<ul style="list-style-type: none"> • Amanida amb pollastre • Peix al forn amb creïlla • Arròs amb verdures
 Sèsam	Oli d'oliva o altres fruits secs (si es toleren)	<ul style="list-style-type: none"> • Hummus sense sèsam + verdures • Arròs amb pollastre • Llentilles amb verdures saltejades
 Sulfits	Producte fresc	<ul style="list-style-type: none"> • 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, llentilles o cigrons	<ul style="list-style-type: none"> • Llentilles amb verdures • Cigrons saltejats • Puré de llegums
 Mol·luscs	Carn, peix (no marisc), ou o llegums	<ul style="list-style-type: none"> • 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

TELÉFONO

96 689 50 61

