



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Som una empresa compromesa amb la qualitat, seguretat i el medi ambient:



1

2

Potatge de cigrons al curri
Truita de creïlles
Fruita de temporada

Arròs al forn
Capritxos de calamar
amb amanida
logurt

5

6

7

8

9

Tallarines Thai
Filet de llorell adobat
en salsa amb verdures
Fruita de temporada

Llenties guisades
Truita francesa
amb amanida
Fruita de temporada

Sopa de fideus
Pollastre a la grega
amb amanida
Fruita de temporada

Crema de verdures de temporada
Rap en adob
amb amanida variada
Fruita de temporada

Menú especial carnestoltes
Arròs a la cubana
amb ou
Llonganissa casolana al forn
Gelatina

12

13

14

15

16

Colzets a la napolitana
Truita francesa
amb amanida
Fruita de temporada

Dia mundial dels llegums
Olleta alacantina
Peix fresc de llotja
Fruita de temporada

Bullit valencià
Pit de pollastre
en salsa
Fruita de temporada

Estofat de cigrons
Pizza de pernil
i formatge
Fruita de temporada

Arròs amb salsitxes
(llonganissa blanca i roja)
Companatge de titot
amb amanida
logurt

19

20

21

22

23

Espirals a la carbonara
Truita francesa
amb amanida
Fruita de temporada

Estofat de llenties
amb napicol i carabassa
Filet de lluç al forn
Fruita de temporada

Crema de carlotes
Pollastre al forn
amb amanida
Fruita de temporada

Sopa amb pasta
i cigrons
Tosta de pa amb titot,
tomaca i orenga
Fruita de temporada

Dia de la carxofa
Amanida mixta amb ou
Arròs amb carxofes
logurt

26

27

28

29

Espirals gratinades
amb samfaina de verdures
Truita francesa amb amanida
Fruita de temporada

Empedrat de fesols
Peix fresc de llotja
amb amanida
Fruita de temporada

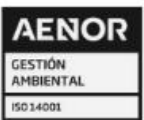
Amanida variada
amb rotllet de pernil dolç
i formatge
Paella valenciana
Fruita de temporada

Potatge de cigrons
amb xoriço
Filet de magre en salsa
Fruita de temporada

Consulta tota la
informació nutricional i
al·lèrgica de la nostra
carta en el codi QR:



L'ingredient principal del plat es **ECO**.
S'oferirà pa blanc i pa integral.



10 DE FEBRER: DIA MUNDIAL DELS LLEGUMS

Hui tenim unes convidades molt especials... Els llegums!

Els llegums són genials ja que...

Alt en proteïna



Alt en fibra



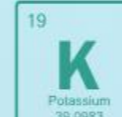
Baix en greix



Alt en ferro



alt en potassi



Alt en folats



A més es poden menjar d'un munt de formes diferents, tan sols has de trobar la que més t'agrada...Mira que assortit!



Hummus



Amanida de llegums



Tofu, seitán, tmepeh...



Edamames



Olles



Recorda que per a gaudir de tots estos beneficis, cal introduir llegums almenys dues vegades a la setmana.

Consulta tota la informació nutricional i al·lèrgens de la nostra carta en el codi QR:



RECOMANADOR DE SOPARS

DINAR ↔ **SOPAR**

Elaborat per:
Ángela Navarro CVO0604
Raquel Sanz CVO0815

