

MENÚ FEBRER



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

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



			1	2
			Sopa de fideus Peix fresc de llotja amb amanida Fruita de temporada	Estofat de cigrons amb verdures Mandonguilles en salsa amb menestra Fruita de temporada
5	6	7	8	9
Estofat de llentilles Capritxos de calamar amb amanida Fruita de temporada	Crema de coliflor Tacs de magre en salsa de ceba amb guarnició de creïlles Fruita de temporada	Fideuà Truita de pernil dolç amb amanida logurt artesà	Arròs melós de verdures Ventresca de lluç en salsa verda amb amanida Fruita de temporada	<u>Dia mundial dels llegums</u> Fesols guisats amb xoriço i carabassa Truita francesa amb amanida Fruita de temporada
12	13	14	15	16
Amanida completa amb ou Arròs marinera Fruita de temporada	Potatge de cigrons amb espinacs Croquetes de pollastre amb amanida Fruita de temporada	Sopa de fideus Filet d'agulla al forn amb amanida logurt artesà	Crema de xampinyons Peix fresc de llotja amb amanida Fruita de temporada	<u>Menú especial carnestoltes</u> Espirals primavera gratinats Hamburguesa a la planxa amb creïlles Gelatina
19	20	21	22	23
Taurons amb formatge, tomaca i alfàbega Mandonguilles de bacallà amb amanida de pinya Fruita de temporada	Llentilles a la jardinera Truita francesa amb rodanxes de formatge Fruita de temporada	Bullit valencià Llom de cinta a la provençal amb arròs logurt artesà	<u>Dia de la carxofa</u> Arròs caldós amb carxofa Ventresca de lluç a la llima amb pèsols Fruita de temporada	Guisat de cigrons al toc de curri Pernillets de pollastre amb allada amb verdures Fruita de temporada
26	27	28	29	
Espirals amb tomaca, tonyina i olives Truita francesa amb amanida Fruita de temporada	Paella valenciana Pernil dolç i formatge amb amanida Fruita de temporada	Estofat de fesols amb pernil i carabassa Pizza de tonyina amb amanida logurt artesà	Sopa de fideus Peix fresc de llotja amb amanida Fruita de temporada	

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



L'ingredient principal d'este plat és **ECO**.
Se servirà pa blanc i integral.



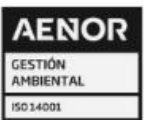
ACCEDEIX ALS MENÚS DEL TEU CENTRE EN: WWW.SERVALIA.ORG

USUARI:

Platero

CONTRASENYA:

4609



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



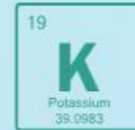
Baix en greix



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



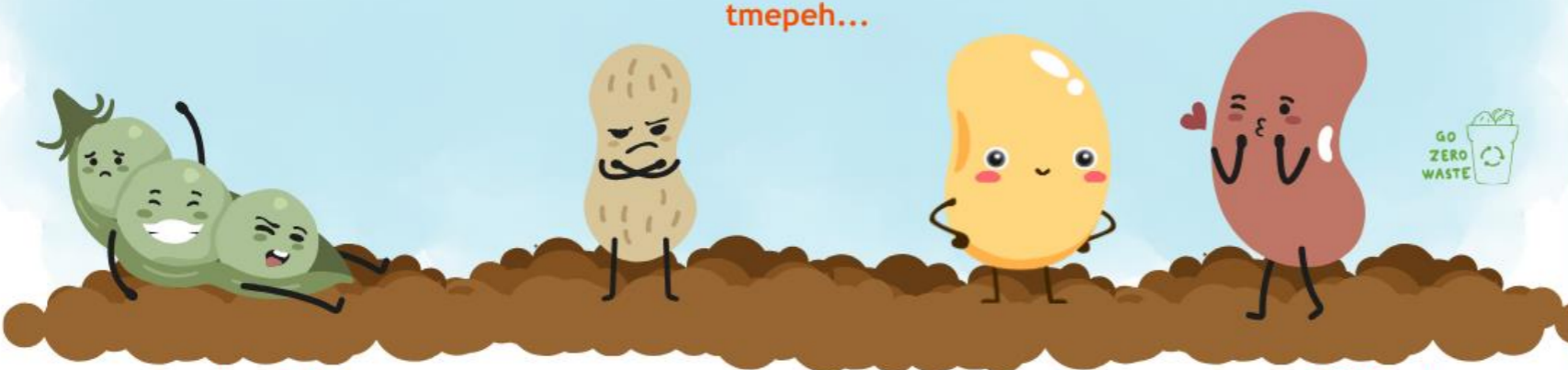
Tofu, seitán, tmepeh...



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

