

Institut Les Corts – Menú Basal (L.C)
OCTUBRE 2017



Carrer Cobalt, 185
08907 L'Hospitalet de Llobregat
Tel. 936 565 969
recepcio@rocagonzalez.com
www.rocagonzalez.com



RSIPAC: 26.06772/CAT
RGSEAA: 26.12608/B




DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Crema de carbassa i moniato (carbassa, moniato, patata, ceba i llet) Estofat de vedella amb mongeta tendra i pastanaga Fruita i pa	Espirals a la carbonara (ceba, llet, i bacó) Lluç al forn amb all i julivert amb tomàquet natural Fruita i pa	Llenties estofades amb arròs (arròs, pebrot, tomàquet, ceba i herbes provençals) Filet de pollastre a la planxa amb d'enciam i olives Fruita i pa	Arròs amb tomàquet Tonyina arrebossada amb enciam Fruita i pa	Sopa de brou amb estrelletes (brou pollastre, porro, pastanaga, ceba i api) Truita de patata i ceba amb enciam, llombarda i pastanaga logurt i pa
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Tallarines a la napolitana (tomàquet i ceba) Hamburguesa mixta (porc i vedella) a la planxa amb enciam i olives Fruita i pa	Tricolor de verdures (mongeta verda, patata i pastanaga) Contra cuixa de pollastre al forn amb salsa de tomàquet i xampinyons Fruita i pa	Cigrons estofats (patata, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals, picada ametlles) Truita francesa amb tomàquet natural Fruita i pa	FESTIU	Arròs amb verdures (ceba, tomàquet, albergínia, pastanaga, mongetes verdes i picada ametlles) Varetes de lluç arrebossades amb enciam logurt i pa
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Mongetes fines i patata al vapor Croquetes de bullit (porc i pollastre) amb tomàquet natural Fruita i pa	Macarrons al pesto (formatge i alfàbrega) Salmó al forn amb ceba confitada i amb enciam i olives Fruita i pa	Crema de xampinyons (xampinyons, patata, ceba i llet) Truita de patata i carbassó amb enciam Fruita i pa	Arròs a la milanesa (pebrot, ceba, all i pernil salat) Lluç a la marinera (tomàquet, ceba, farina i picada ametlles) Fruita i pa	Mongetes bl. estofades amb fajol (patata, fajol, pebrot, tomàquet, ceba, herbes provençals, picada ametlles) Pernilets de pollastre al forn amb enciam, llombarda i pastanaga logurt i pa
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Espaguetis amb tomàquet, ceba i olives negres Llom de porc a la planxa amb enciam Fruita i pa	Crema de carbassó (carbassó, patata, ceba i llet) Dauets de gall dindi adobats amb espècies i tomàquet natural Fruita i pa	Arròs 3 delícies (pèsols, pastanaga, pernil dolç i truita francesa) Lluç amb salsa verda (ceba, farina, mongetes verdes, julivert i brou peix natural) Fruita i pa	Llenties estofades amb pernil (arròs, pebrot, tomàquet, ceba, pernil salat i herbes provençals) Remenat d'ous amb xampinyons i enciam, llombarda i pastanaga Fruita i pa	Sopa de verdures amb mill (brou pollastre, porro, daus pastanaga, ceba i api) Pollastre arrebossat amb enciam i olives logurt i pa
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
Pèsols i patata bullits Daus de bacallà arrebossats amb tomàquet natural Fruita i pa	Fideuà (brou peix natural, tomàquet, ceba, picada ametlles) Salsitxes de porc a la planxa amb enciam Fruita i pa			

Els nostres menús estan supervisats per un dietista-nutricionista col·legiat (CAT001031) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable a l'etapa escolar.

TOTA la pasta alimentària (espaguetis, macarrons, etc.) són d'agricultura ecològica, fabricades a Catalunya.

TOTES les llegums (cigrons, llenties i mongetes) són del conreu del país i ecològiques.

TOTS els plats estan cuinats amb oli d'oliva. Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral.


MARGARITA PONS SEGÚI
CAT 001031

Institut Les Corts – Menú Basal (L.C)
OCTUBRE 2017



Carrer Cobalt, 185
08907 L'Hospitalet de Llobregat
Tel. 936 565 969
recepcio@rocagonzalez.com
www.rocagonzalez.com



RSIPAC: 26.06772/CAT
RGSEAA: 26.12608/B



Els nostres menús estan supervisats per un dietista-nutricionista col·legiat (CAT001031) i corresponen a les recomanacions de la Generalitat de Catalunya per a una alimentació saludable a l'etapa escolar.
TOTA la pasta alimentària (espaguetis, macarrons, etc.) són d'agricultura ecològica, fabricades a Catalunya.
TOTES les llegums (cigrans, lleties i mongetes) són del conreu del país i ecològiques.
TOTS els plats estan cuinats amb oli d'oliva. Les postres làcties són productes de granja elaborats en una cooperativa d'inserció sociolaboral.


MARGARITA PONS SEGÚI
CAT 001031