

Institut Les Corts
Menú Proposta sopar a casa
OCTUBRE 2017



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

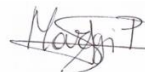


RSIPAC: 26.06772/CAT
 RGSEAA: 26.12608/B



DILLUNS 2	DIMARTS 3	DIMECRES 4	DIJOUS 5	DIVENDRES 6
Verdures temporada i bolets planxa Magre de porc al forn Fruita i pa	Puré de col i mongeta tendra Ou durs amb beixamel Fruita i pa	Sopa de brou pollastre amb fideus Peix fresc a la planxa Lacti i pa	Verdura de temporada al vapor Aletes de pollastre al forn Fruita i pa	Amanida verda Pizza de verdures feta a casa Fruita i pa
DILLUNS 9	DIMARTS 10	DIMECRES 11	DIJOUS 12	DIVENDRES 13
Puré de bledes Rodó de gall dindi al forn Fruita i pa	Sopa de verdures amb sèmola de blat Peix fresc arrebossat Lacti i pa	Verdura de temporada bullida i saltejada amb allet Bistec a la planxa Fruita i pa	FESTIU	Pastís de verdures Crestes de tonyina fetes a casa Fruita i pa
DILLUNS 16	DIMARTS 17	DIMECRES 18	DIJOUS 19	DIVENDRES 20
Sopa de brou amb pilotetes Pit pollastre a la planxa amb llimona Lacti i pa	Escalivada Milanesa de vedella Fruita i pa	Cuscús amb saltejat de verdures Peix fresc al forn Fruita i pa	Puré de porros i pastanaga Gall dindi al forn Fruita i pa	Coliflor gratinada Ous durs amb tomàquet Fruita i pa
DILLUNS 23	DIMARTS 24	DIMECRES 25	DIJOUS 26	DIVENDRES 27
Verdura de temporada al vapor Peix fresc al forn Fruita i pa	Amanida de quinoa, cogombre, tomàquet i formatge fresc Fruita i pa	Sopa de ceba Truita paisana Fruita i pa	Crema de bròquil Pollastre al forn amb herbes aromàtiques Lacti i pa	Amanida verda Albergínies parmesana Fruita i pa
DILLUNS 30	DIMARTS 31			
Sopa de carn i pasta fina Truita de xampinyons Fruita i pa	Puré de pastanaga Peix fresc arrebossat Lacti 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 (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