

Menú:

PROPOSTA SOPARS

NOVEMBRE 2011

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
		Dia 2 Arròs amb verdures Peix al forn amb ceba Fruita	Dia 3 Patata i verdura Truita a la francesa amb enciam Fruita	Dia 4 Sopa de peix Seitó arrebossat amb amanida Quallada
Dia 7 Crema de verdures Pollastre a la planxa amb carbassó arrebossat Fruita	Dia 8 Pasta amb verdures Magre a la planxa amb pebrot logurt	Dia 9 Arròs integral amb tomàquet Salmó a la planxa amb tomàquet amanit Fruita	Dia 10 Minestra de verdures Croquetes de pernil amb verdura saltejada Fruita	Dia 11 Sopa de pollastre Truita d'espínacs Poma al forn
Dia 14 Patata i verdura Truita a la francesa amb formatge Fruita	Dia 15 Pèsols saltejats Musclos al vapor i amanida logurt	Dia 16 Amanida completa Truita de patates Fruita	Dia 17 Colzets amb tomàquet Gall dindi a la planxa amb enciam logurt	Dia 18 Sopa brou vegetal amb arròs Peix a la planxa amb guarnició verdures del brou Fruita
Dia 21 Puré de patates Peix al forn amb ceba Fruita	Dia 22 Arròs integral amb verdures Sardines a la planxa logurt	Dia 23 Crema de carbassa Truita de gambes logurt	Dia 24 Amanida completa Truita de patates logurt	Dia 25 Sopa de peix Pollastre a la chilindrón Compota de fruita
Dia 28 Bajoques saltejades Peix al forn amb patata Macedònia de fruites	Dia 29 Cous-cous amb verdures Seitán o tofu fregit Formatge fresc amb codonyat	Dia 30 Amanida Pa amb tomàquet amb pernil salat i formatge Fruita		

Nota:

Menús revisats per la Dietista Anna Estil-les. Núm. CAT 652 Associació Catalana de Dietistes-Nutricionistes (ACDN)

* Grup Cuina Gestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.



Cuina Gestió, s.l. Ignasi Iglesias, 89 · Polígon Agro-Reus · 43206 Reus · Tel. 977 310 371 · Fax 977 321 532 · cuinagestio@cuinagestio.com · www.grupcuinagestio.com



Col·labora amb **CuinaGestió** en l'alimentació dels seus fills.

