

Septiembre 2017						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Octubre 2017						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Noviembre 2017						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Diciembre 2017						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Enero 2018						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Febrero 2018						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

Marzo 2018						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Abril 2018						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Mayo 2018						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Junio 2018						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Julio 2018						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Agosto 2018						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	Do
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Semana 1

Semana 2

Semana 3

Semana 4

Menú elaborado por nuestro chef Marc Esteve y aprobado por Mireia Guzmán i Costa,
Dietista i Nutricionista no. Colegiada 000310

Lunes

Ensalada imperial
Guisantes con patatas al vapor

Pollo a la plancha
con lechuga, zanahoria, olivas, maíz dulce

Yogur de limón

Desayuno/Merienda: Bocadillo de jamón serrano

Martes

Ensalada lombarda
Ensalada de salmón ahumado

Lentejas guisadas con arroz

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Pan con chocolate

Miércoles

Ensalada variada
Macarrones a la napolitana

Mero al horno
con ensalada de tomate

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocadillo de jamón cocido/fruta fresca

Jueves

Ensalada goyesca
Arroz a la cazuela de pescado

Atún a la plancha
con pepino, zanahoria y tomate

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocadillo de fuet

Viernes

Ensalada de cogollos
Ensalada de pasta, olivas, gambitas y queso

Bistec de ternera
con patatas fritas y ensalada

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocadillo de philadelphia/queso

Semana 2

Lunes

Ensalada verde
Menestra de verduras con patata

Fricandó de ternera
con pepino, zanahoria y tomate

Yogur griego

Desayuno/Merienda: Bocado de jamón serrano

Martes

Ensalada juliana
Ensalada de frutos secos

Paella de pescado

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Pasta

Miércoles

Ensalada florida
Verdura del tiempo con patata

Escalopa de lomo
con lechuga, tomate y cebolla

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de philadelphia

Jueves

Ensalada mixta
Garbanzos cocidos

Calamar a la plancha
con lechuga, tomate y cebolla

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de jamón cocido

Viernes

Ensalada de espárragos
Espirales con salsa de queso

Salchichas de pollo
con ensalada de tomate

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de paté/ queso

Semana 3

Lunes

Ensalada catalana
Ensalada de arroz basmati

Pollo al horno
con lechuga, tomate y cebolla

Batido de yogur

Desayuno/Merienda: Bocado de jamón cocido

Martes

Ensalada de endivias
Ensalada de lentejas

Atún a la plancha
con tomate al horno

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de queso

Miércoles

Ensalada de cherry
Ensalada de queso y frutos secos

Canelones de carne

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de longaniza

Jueves

Ensalada de coco
Verduras con patata al vapor

Merluza al grill
con lechuga, zanahoria y tomate

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de fuet/fruta fresca

Viernes

Ensalada con sésamo
Sopa con pasta

Hamburguesa a la plancha con queso
con pepino, zanahoria y tomate

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de nocilla

Semana 4

Lunes

Ensalada italiana
Espaguetis a la napolitana

Cordero a la plancha
con lechuga, tomate y cebolla

Yogur natural

Desayuno/Merienda: Bocado de longaniza

Martes

Ensalada de pimientos
Crema de verduras

Pollo plancha/horno
con patata caliu

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de pastrami

Miércoles

Ensalada mimosa
Judías del Ganxet

Sonso frito/salmón al vapor
con lechuga, zanahoria, olivas, maíz dulce

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Pasta

Jueves

Ensalada de zanahoria
Ensalada de queso y frutos secos

Arroz a la cubana

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Bocado de queso

Viernes

Ensalada murciana
Judía verde con patata al vapor

Albóndigas con salsa de tomate
con lechuga, zanahoria y tomate

Fruta fresca

Desayuno/Merienda: Pan con chocolate

Dilluns

Amanida imperial
Pèsols amb patata al vapor
Pollastre a la planxa
amb tomàquet, pastanaga, olives i blat de moro

Iogurt de llimona

Esmorzar/Berenar: Pernil salat

Dimarts

Amanida llombarda
Amanida de salmó marinat

Llenties guisades amb arròs

Fruita fresca

Esmorzar/Berenar: Pa amb xocolata

Dimecres

Amanida variada
Macarrons a la napolitana

Mero al forn amb salsa de tomàquet

Fruita fresca

Esmorzar/Berenar: Entrepà de pernil
dolç/fruits frescs

Dijous

Amanida *goiesca*
Arròs a la cassola de peix

Tonyina planxa
amb cogombre, pastanaga i tomàquet

Fruita fresca

Esmorzar/Berenar: Entrepà de fuet

Divendres

Amanida de cabdells
Amanida de pasta, olives, gambetes i formatge

Bistec de vedella
amb patates fregides i amanida

Fruita fresca

Esmorzar/Berenar: Entrepà de
philadelphia/formatge

Setembre 2017						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Octubre 2017						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Novembre 2017						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Desembre 2017						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Gener 2018						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Febrer 2018						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

Març 2018						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Abril 2018						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Maig 2018						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Juny 2018						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Juliol 2018						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Agost 2018						
Dl	Dm	Dc	Dj	Dv	Ds	Dg
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Setmana 1

Setmana 2

Setmana 3

Setmana 4

Menú elaborat pel nostre xef Marc Esteve i aprovat per Mireia Guzmán i Costa,

Dietista i Nutricionista no. Col·legiada 000310

Setmana 2

Dilluns
Amanida verda Minestra de verdures amb patata
Fricandó de vedella amb cogombre, pastanaga i tomàquet
Iogurt grec
Esmorzar/Berenar: Entrepà de pernil salat
Dimarts
Amanida <i>julienne</i> Amanida de fruits secs
Paella de peix
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Pasta
Dimecres
Amanida florida Verdura del temps amb patata
Escalopa de llom amb enciam, tomàquet i pastanaga
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de <i>philadelphia</i>
Dijous
Amanida mixta Cigrons cuits
Calamar a la planxa/romana amb amb enciam, tomàquet i ceba
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de pernil dolç
Divendres
Amanida d'espàrrecs Espirals amb salsa de formatge
Salsitxes de pollastre amb amanida de tomàquet
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de paté/ formatge

Setmana 3

Dilluns
Amanida catalana Amanida d'arròs basmati
Pollastre al forn amb enciam tomàquet i ceba
Batut de iogurt
Esmorzar/Berenar: Entrepà de pernil dolç
Dimarts
Amanida d'endívies Amanida de lleties
Tonyina a la planxa amb tomàquet al forn
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de formatge
Dimecres
Amanida <i>cherry</i> Amanida de formatge i fruits secs
Canelons de carn
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de llonganissa
Dijous
Amanida de coco Verdura amb patata al vapor
Lluc al grill amb enciam, pastanaga i tomàquet
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de fuet/fruïta fresca
Divendres
Amanida amb sèsam Sopa amb pasta
Hamburguesa a la planxa amb formatge amb cogombre, pastanaga i tomàquet
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de nocilla

Setmana 4

Dilluns
Amanida italiana Espaguetis a la napolitana
Xai a la planxa amb enciam, tomàquet i ceba
Iogurt natural
Esmorzar/Berenar: Entrepà de llonganissa
Dimarts
Amanida del Pallars Crema de verdures
Pollastre planxa/forn amb patata caliu
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de <i>pastrami</i>
Dimecres
Amanida mimosa Mongeta ganxet
Sonso fregit/salmó al vapor amb enciam, pastanaga, olives, blat de moro
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Pasta
Dijous
Amanida de pastanaga Amanida de formatge i fruits secs
Arròs a la cubana
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Entrepà de formatge
Divendres
Amanida murciana Mongeta verda amb patata al vapor
Mandonguilles amb salsa tomàquet amb enciam, pastanaga i tomàquet
Fruita fresca
Esmorzar/Berenar: Pa amb xocolata