

| Dilluns                                                        | Dimarts                                            | Dimecres                         | Dijous                                                          | Divendres                                              |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| 2                                                              | 3                                                  | 4                                | 5                                                               | 6                                                      |
| Macarrons amb tomàquet                                         | Bròquil i patata                                   | Cigrons amb salsa tàrtara        | Crema de verdures amb crostons de pa                            | Arròs amb tomàquet                                     |
| Bacallà arrebossat amb amanida d'enciam, blat de moro i olives | Pollastre al forn amb amanida d'enciam i pastanaga | Saltxixes de porc amb amanida    | Truita de patates amb amanida d'enciam, tomàquet i ceba         | Gall dindi rostit amb ceba, tomàquet i xampinyons      |
| Fruita de temporada                                            | Fruita de temporada                                | Fruita de temporada              | logurt natural                                                  | Fruita de temporada                                    |
| 9                                                              | 10                                                 | 11                               | 12                                                              | 13                                                     |
| Mongeta tendra i patata                                        | Pasta a la carbonara                               | Cigrons amb patata               | Arròs amb tonyina                                               | Pèsols amb patata                                      |
| Hamburguesa de vedella amb amanida d'enciam i pastanaga        | Lluç al forn amb pastanaga, ceba i pebrot          | Estofat de porc amb salsa        | Truita de patates amb amanida de tomàquet i olives              | Pollastre a la llimona amb amanida d'enciam i tomàquet |
| Fruita de temporada                                            | Fruita de temporada                                | Fruita de temporada              | logurt natural                                                  | Fruita de temporada                                    |
| 16                                                             | 17                                                 | 18                               | 19                                                              | 20                                                     |
| Pasta amb tomàquet                                             | Patata i pèsols                                    | Llenties                         | Crema de carbassa amb crostons de pa                            | Arròs amb tomàquet                                     |
| Lluç al forn amb amanida d'enciam i pastanaga                  | Gall dindi estofat amb xampinyons i tomàquet       | Croquetes cassolanes amb amanida | Truita de patata i ceba amb amanida d'enciam, tomàquet i olives | Pollastre a l'orly i patates xips                      |
| Fruita de temporada                                            | Fruita de temporada                                | logurt natural                   | Fruita de temporada                                             | Gelat                                                  |

### Recorda

-El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.

-El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.

-És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita.

-Els dijous el pa és integral.

-Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.

-El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.

-Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.



Pot resoldre els seus dubtes a: [info@gumen-catering.com](mailto:info@gumen-catering.com) o a través de la nostra web.  
GUMEN CATERING,S.L. C/Tamarit 10 (08205) Sabadell, Barcelona REG/SANITARI 26.05609/