



DOMINIKES TARRAGONA – Octubre 26

Menú Sense Lactosa

Fruita de temporada:
Poma, Pera, Plàtan, Mandarina, Taronja

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
			1	2
			Mongeta tendra amb patata Pizza amb bolonyesa soia s/formatge Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc logurt s/lactosa	Arròs amb salsa de tomàquet casolana Pernilets de pollastre al forn Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada
5	6	7	8	9
Llenties estofades amb verdures Truita de patata i ceba Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	Arròs a la milanesa (pèsols i xampinyons) Llom rostit amb salsa Enciam i tomàquet amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	Bròquil gratinat Mongetes seques estofades amb verdures Pa blanc Fruita de temporada	Macarrons integrals amb tomàquet Lluç al forn amb salsa Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc logurt s/lactosa	Crema de pastanaga ECO Wok de gall dindi amb verdures Pa integral Fruita de temporada
12	13	14	15	16
Festiu	Crema de verdures (i moniato) Pollastre a la farigola Xampinyons saltejats amb all i julivert Pa integral Fruita de temporada	Espaguetis integrals amb salsa de tomàquet casolana Llengüadina a la planxa Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	Cigrons estofats amb verdures Hamburguesa de vedella a la planxa Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc logurt s/lactosa	Arròs a la napolitana Truita de pernil Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada
19	20	21	22	23
Crema de carbassó ECO Macarrons integrals amb bolonyesa de soia Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	Mongetes seques amb patates Pollastre amb samfaina Pa integral Fruita de temporada	Arròs tres delícies (truita, pèsols i gall dindi) Abadejo amb all i julivert Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	Pèsols saltejats Llom a la planxa Patates al romaní Pa blanc logurt s/lactosa	Minestra de verdures Truita de carbassó Enciam i pastanaga amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada
26	27	28	29	30
Pèsols amb patates Estofat de porc amb verduretes Enciam i blat de moro amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	Sopa d'au amb fideus Lluç a la romana s/làctics Enciam i olives amb 'OOVE' Pa integral Fruita de temporada	Tricolor de verdura ofegada Llenties amb patates i calamar Enciam i olives amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	Paella de verdures Truita francesa Daus de tomàquet amanit amb 'OOVE' Pa blanc Fruita de temporada	Crema de carbassa ECO amb crostons Pollastre amb salsa de castanyes Patata panadera Pa integral Postre especial s/làctics



**Cuina Climàtica,
sostenible i respectuosa
amb el medi ambient**



**Cuina Catalana, amb
receptes del 'Corpus del
patrimoni culinari català'**



Aliment integral

