



## MARÇ 2022 - Menú Institut Ernest Lluch

| Dilluns   | Dimarts  | Dimecres   | Dijous  |
|---|--|--|---|
|   | <b>1</b><br>Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina<br>Pollastre a la planxa amb amanida variada<br>Postres i pa           | <b>2</b><br>Verdura tricolor al vapor<br>Salsitxes al forn amb sanfaina<br>Postres i pa                      | <b>3</b><br>Macarrons amb beixamel<br>Lluç al forn amb llit de ceba<br>Postres i pa                   |
| <b>7</b><br>Pèsols i patates a l'allet<br>Filet de abadejo al forn amb amanida<br>Postres i pa      | <b>8</b><br>Brou d'au amb pistons<br>Pollastre a l'ast amb patata caliu<br>Postres i pa                                  | <b>9</b><br>Llenties guisades amb arròs<br>Hamburguesa de pollastre planxa i tomàquet amanit<br>Postres i pa | <b>10</b><br>Arròs saltejat amb verdures i herbes<br>Croquetes de bacallà amb amanida<br>Postres i pa |
| <b>14</b><br>Crema de bròquil ( crostons)<br>Estofat de gall dindi amb patata rossa<br>Postres i pa | <b>15</b><br>Cigrons amb sofregit<br>Truita de carbassó amb tricolor d'enciams<br>Postres i pa                           | <b>16</b><br>Macarrons a la italiana<br>Filet de daurada al forn sobre llit de ceba<br>Postres i pa          | <b>17</b><br>Arròs de muntanya<br>Mandonguilles a la jardinera<br>Postres i pa                        |
| <b>21</b><br>Fideuà ( all i oli)<br>Hamburguesa de pollastre amb amanida mixta<br>postres i pa      | <b>22</b><br>Mongeta tendra i patata al vapor<br>Fricandó de vedella amb xampinyons<br>Postres i pa                      | <b>23</b><br>Llenties guisades amb arròs<br>Delícies de formatge al forn i amanida<br>Postres i pa           | <b>24</b><br>Arròs caldós amb rap<br>Rodó gall dindi rostit a la jardinera<br>Postres i pa            |
| <b>28</b><br>Tallarines al funghi<br>Llenguado enfarinat al forn i amanida<br>Postres i pa          | <b>29</b><br>Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina<br>Hamburguesa vedella planxa sobre bresa de verdures<br>Postres i pa | <b>30</b><br>Crema de pastanaga (crostons)<br>Pollastre a l'ast amb patata roda<br>Postres i pa              | <b>31</b><br>Cigrons amb verdures<br>Filet de daurada a la salsa verda<br>Postres i pa                |

www.cuinatslaesperanza.com

R.S.I. 2604849 | CAT

Tel. 93 457 66 85



**CUINATS L'ESPERANÇA, S.L.**

**MARÇ 2022 - Menú Institut Ernest Lluch - Celíac / Lactosa / Proteïna Llet vaca / No ou**

| <b>Dilluns</b>  | <b>Dimarts</b>   | <b>Dimecres</b>   | <b>Dijous</b>   |
|---|--|---|---|
|   | <b>1</b><br>Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina<br>Pollastre a la planxa amb amanida variada<br>Postres i pa           | <b>2</b><br>Verdura tricolor al vapor<br>Salsitxes al forn amb sanfaina<br>Postres i pa                         | <b>3</b><br>Macarrons amb beixamel<br>Lluç al forn amb llit de ceba<br>Postres i pa                   |
| <b>7</b><br>Pèsols i patates a l'allet<br>Filet de abadejo al forn amb amanida<br>Postres i pa      | <b>8</b><br>Brou d'au amb pistons<br>Pollastre a l'ast amb patata caliu<br>Postres i pa                                  | <b>9</b><br>Llenties guisades amb verdures<br>Hamburguesa de pollastre planxa i tomàquet amanit<br>Postres i pa | <b>10</b><br>Arròs saltejat amb verdures i herbes<br>Croquetes de bacallà amb amanida<br>Postres i pa |
| <b>14</b><br>Crema de bròquil ( crostons)<br>Estofat de gall dindi amb patata rossa<br>Postres i pa | <b>15</b><br>Cigrons amb sofregit<br>Truita de carbassó amb tricolor d'enciams<br>Postres i pa                           | <b>16</b><br>Macarrons a la italiana<br>Filet de dauradaa al forn sobre llit de ceba<br>Postres i pa            | <b>17</b><br>Arròs de muntanya<br>Mandonguilles a la jardinera<br>Postres i pa                        |
| <b>21</b><br>Fideuà ( all i oli)<br>Hamburguesa pollastre amb amanida mixta<br>Postres i pa         | <b>22</b><br>Mongeta tendra i patata al vapor<br>Fricandó de vedella amb xampinyons<br>Postres i pa                      | <b>23</b><br>Llenties guisades amb arròs<br>Pollastre arrebossat i amanida<br>Postres i pa                      | <b>24</b><br>Arròs caldós amb rap<br>Rodó gall dindi rostit a la jardinera<br>Postres i pa            |
| <b>28</b><br>Tallarines al funghi<br>Llenguado enfarinat al forn i amanida<br>Postres i pa          | <b>29</b><br>Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina<br>Hamburguesa vedella planxa sobre bresa de verdures<br>Postres i pa | <b>30</b><br>Crema de pastanaga (crostons)<br>Pollastre a l'ast amb patata roda<br>Postres i pa                 | <b>31</b><br>Cigrons amb verdures<br>Filet de dorada a la salsa verda<br>Postres i pa                 |

*TOT EL MENÚ ÉS SENSE AL·LÈRGENS*



| <b>MARÇ 2022 - Menú Institut Ernest Lluch NOPEIX VEGGIE NO CARN NO PORC</b>   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <b>Dilluns</b>  | <b>Dimarts</b>  | <b>Dimecres</b>  | <b>Dijous</b>   |
|   | <b>1</b><br>Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina<br>Pollastre a la planxa amb amanida variada<br>/ Veggie: pollastre veggie<br>Postres i pa      | <b>2</b><br>Verdura tricolor al vapor<br>Salsitxes al forn amb sanfaina /<br>Veggie: salsitxa veggie<br>Postres i pa                         | <b>3</b><br>Macarrons amb beixamel<br>No peix: bistec planxa /<br>Veggies: hamburguesa vegetal<br>Postres i pa                                  |
| <b>7</b><br>Pèsols i patates al allet<br>No peix: truita francesa /<br>Veggies: falafel<br>Postres i pa                                 | <b>8</b><br>Brou d'au amb pistons / Brou vegetal<br>Pollastre a l'ast amb patata al caliu /<br>Veggie: pollastre veggie<br>Postres i pa           | <b>9</b><br>Llenties guisades amb verdures<br>Hamburguesa pollastre planxa i tomàquet<br>amanit / Veggie: hamburguesa veggie<br>Postres i pa | <b>10</b><br>Arròs saltejat amb verdures i herbes<br>Croquetes de bacallà amb amanida /<br>Veggie: croquetes vegetals<br>Postres i pa           |
| <b>14</b><br>Crema de bròquil ( crostons)<br>Estofat de gall dindi amb patata rossa /<br>Veggies: estofat veggie<br>Postres i pa        | <b>15</b><br>Cigrons amb sofregit<br>Truita carbassó amb tricolor d'enciams<br>Postres i pa   | <b>16</b><br>Macarrons a la italiana<br>No peix: bistec vedella /<br>Veggie: varetes vegetals<br>Postres i pa                                | <b>17</b><br>Arròs de muntanya /<br>Veggies: arròs de verdures<br>Mandonguilles a la jardinera /<br>Veggie: mandonguilla veggie<br>Postres i pa |
| <b>21</b><br>Fideuà de verdures (all i oli)<br>Hamburguesa pollastre amb amanida<br>mixta / Veggie: hamburguesa vegetal<br>Postres i pa | <b>22</b><br>Mongeta tendra i patata al vapor<br>Fricandó de vedella amb xampinyons /<br>Veggie: fricando veggi<br>Postres i pa                   | <b>23</b><br>Llenties guisades amb arròs<br>Delícies de formatge al forn i amanida<br>Postres i pa   | <b>24</b><br>Arròs caldós amb verdures<br>Rodó gall dindi rostit a la jardinera /<br>Veggie: gall dindi veggie<br>Postres i pa                  |
| <b>28</b><br>Tallarines al funghi<br>No peix: pollastre enfarinat /<br>Veggie: varetes vegetals<br>Postres i pa                         | <b>29</b><br>Arròs amb salsa de tomàquet i tonyina<br>Hamburguesa vedella planxa sobre bresa<br>de verdures / Veggie: hamb veggie<br>Postres i pa | <b>30</b><br>crema de pastanaga (crostons)<br>Pollastre a l'ast amb patata roda /<br>Veggie: pollastre veggie<br>Postres i pa                | <b>31</b><br>Cigrons amb verdures<br>No peix i veggie: truita a la francesa<br>Postres i pa   |