

LA CUNA

# Desembre

HALAL

DEL 2 AL 6 DE DESEMBRE

DEL 9 AL 13 DE DESEMBRE

DEL 16 AL 20 DE DESEMBRE

DEL 23 AL 27 DE DESEMBRE

DILLUNS

BRÒQUIL AMB PATATA

TRUITA DE CARBASSÓ amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

LLENTIES ECO ESTOFADES AMB VERDURES

HAMBUGUESA VEGETAL AL FORN amb enciam i olives

Fruita del temps

CREMA DE PASTANAGA ECO (pastanaga, porro, patata)

TRUITA DE FORMATGE amb enciam i remolatxa

Fruita del temps

BON NADAL!

ARRIBA L'hivern a l'espai del migdia

DIMARTS

CIGRONS ECO ESTOFATS AMB ESPINACS

\*PEIX BLANC AL FORN amb salsa de verdures

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA ECO (carbassa, porro, patata)

GALL DINDI GUISAT AMB VERDURETES i cous-cous

Fruita del temps

COLIFLOR AMB PATATA ECO

FRICANDÓ DE VEDELLA amb bolets

Fruita del temps

BON NADAL!

DIMECRES

SOPA D'AU AMB PASTA ECO

MANDONGUILLES DE VEDELLA amb salsa de tomàquet i ceba

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA ECO

TRUITA A LA FRANCESA amb llit d'enciam i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE MONGETES BLANQUES ECO AMB VERDURES

GALL DINDI GUISAT amb salsa de xirivia i pastanaga

Fruita del temps

BON NADAL!

Tastarem cremes i caldos per escalfar-hos

DIJOUS

ARRÒS ECO TRES DELÍCIES (pèsols, pastanaga, ou)

CROQUETES DE POLLASTRE CASOLANES amb enciam i blat de moro

logurt natural

PASTA ECO AMB SOFREGIT DE VERDURETES

POLLASTRE AL FORN amb enciam i blat de moro

logurt natural

PLAT ÚNIC COMPLET

ARRÒS ECO AMB VERDURETES DE L'HORT AMB DAUS DE LLUÇ amb enciam i pastanaga

logurt natural

BON NADAL!

DIVENDRES

FESTIU

ARRÒS ECO AMB SALS DE TOMÀQUET

\*PEIX BLANC ARREBOSSAT CASOLÀ amb pastanaga i remolatxa ratllada

Fruita del temps

DINAR DE NADAL ESCUDELLA DE POLLASTRE AMB GALETES I CIGRONS ECO

POLLASTRE A LA CATALANA amb patates ECO al forn

Fruita del temps

Es comprovarà que cap ingredient conté: **PORC**

Les fruites són de temporada i proximitat: raim, mandarina, kiwi, taronja, pinya.

Fruites de cooperativa social: poma, pera, plàtan.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: Patata ECO, ceba, carbassa ECO, naps, pèsols, tomàquet, cols de Brussel·les, porro, api ECO, alls, bledes, col, bròquil, escarola, coliflor, espinacs, carxofes, endívies, pastanaga ECO, enciam, rave, remolatxa.

Els aliments ECOLÒGICS que utilitzem són: 100% dels llegums, arròs, pasta i el iogurt també.

Es serveix els dijous iogurt natural.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.

Els peixos a servir són: Carboner, gallineta, gall de Sant Pere, Maire, Lluç, Llimanda, calamar, potón



@tenomenjadors



@Teno\_menjadors



@tenomenjadors



Teno  
Cuina i lleure de proximitat