

HALAL

Març

DILLUNS

FESTIUDEL 3 AL 7 DE
MARÇDEL 10 AL 14 DE
MARÇDEL 17 AL 21 DE
MARÇDEL 24 AL 28 DE
MARÇ

31 DE MARÇ

PASTA **ECO** A LA
NAPOLITANA (sofregit de
tomàquet, ceba i
formatge)TRUITA DE CARBASSÓ
amb enciam i pastanaga

Fruita del temps

CREMA DE PÈSOLS AMB
VERDURES (pèsols,
carbassó, porro, nap,
patata)TRUITA DE PATATA amb
enciam, blat de moro i
remolatxa

Fruita del temps

LLENTIES **ECO**
ESTOFADES AMB
VERDURES I ARRÓSTRUITA DE GALL DINDI
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

ARRÓS **ECO** A LA
MILANESA (ceba,
tomàquet, pèsols, **s/pernil
dolç**)TRUITA A LA FRANCESA
amb enciam i olives

Fruita del temps

DIMARTS

LLENTIES **ECO**
ESTOFADES AMB
VERDURES I MILLTRUITA DE PATATA
amb enciam i blat de
moro

Fruita del temps

MONGETES BLANQUES
ECO ESTOFADES AMB
VERDURESCONTRA CUIXA DE
POLLASTRE MARINADA
AL FORN amb patata
panadera

Fruita del temps

SOPA DE BROU DE
VERDURES AMB PASTA
ECO**MANDONUILLES DE
VEDELLA** amb salsa de
tomàquet i ceba

Fruita del temps

TRINXAT DE LA
CERDANYA (col, patata)DAUS DE POLLASTRE
GUISAT AMB
VERDURES i cous-cous

Fruita del temps

DIMECRES

ARRÓS **ECO** AMB
SALSA DE TOMÀQUETCROQUETES DE
POLLASTRE
CASOLANES amb
enciam i olives

Fruita del temps

ARRÓS **ECO** A LA
CASSOLA AMB
VERDURES (ceba, pebrot
verd, pèsols, pastanaga i
tomàquet)*PEIX BLANC A LA
TARONJA amb enciam i
olives

Fruita del temps

ARRÓS **ECO** TRES
COLORS (pastanaga,
pèsols, blat de moro)*PEIX BLANC AL FORN
AMB SAMFAINA AL
FORN

Fruita del temps

CREMA DE MONGETES
BANQUES AMB
VERDURES (mongetes
blanques, pastanaga,
porro, patata)CROQUETES VEGETALS
amb enciam i olives

Fruita del temps

DIJOUS

CIGRONS **ECO**
ESTOFATS AMB
VERDURETES DE
L'HORTPOLLASTRE AL FORN
amb enciam i pastanagalogurt natural sense
sucreLLENTIES **ECO**
ESTOFADES AMB
ARRÓSHAMBURGUESA
VEGETAL AL FORN amb
enciam, remolatxa i blat
de moro

logurt natural sense sucre

PLAT ÚNIC COMPLETPASTA **ECO** AMB
BOLONYESA DE GALL
DINDI amb juliana
d'enciam i pastanagalogurt natural sense
sucreARRÓS **ECO** AMB
VERDURETES DE
L'HORT (ceba, pebrot,
carbassó, pastanaga,
xampinyons i tomàquet)*PEIX BLANC
ENFARINAT CASOLÀ
amb enciam i pastanagalogurt natural sense
sucre

DIVENDRES

SOPA BROU D'AU
AMB PASTA **ECO***PEIX BLANC AMB
SALSA DE TOMÀQUET
i daus de patata al forn

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSÓ
(carbassó, porro, patata)POLLASTRE ROSTIT amb
patata al forn

Fruita del temps

MONGETA TENDRA
AMB PATATAPOLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb enciam i olives

Fruita del temps

PLAT ÚNIC COMPLETFIDEUS **ECO** A LA
CASSOLA (daus de
vedella, ceba, all, pebrot
verd i tomàquet) amb
enciam i olives

Fruita del temps

Es comprovarà
que cap
ingredient
conté:
PORCLes fruites són de temporada i proximitat: poma **ECO**, mandarina, taronja, maduixes, pera **ECO**, plàtan/banana **ECO**.Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: patata **ECO**, ceba, naps, porro, api **ECO**, alls, bledes, col, coliflor, espinacs, carxofes, endívies, espàrrecs, xirivia, pastanaga **ECO**, enciam, rave, remolatxa.Els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem en els nostres menús són: 100% les llegums, l'arròs i la pasta.El dimecres es servirà **pa integral, exclusivament**. La resta de dies es serveix pa blanc.S'utilitza **sal iodada** per cuinar i amanir. Els dijous es serveix **logurt natural sense sucre**.

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

*Els peixos a servir són: abadejo, bacallà, seitons, calamar, fogaoner, gallineta, llimanda, maires, lluç, potón, rap, sardina.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat