



# SÓLIDOS FEBRERO 2025



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
Fideos a la cazuela con verduritas (G,A) Merluza al horno con salsa de alcachofas (P) Fruta de temporada	Menestra de verduras Tofu estofado con boloñesa (S,D) Fruta de temporada	Crema de calabaza Tortilla a la francesa (H) Fruta de temporada	Estofado de garbanzos con zanahoria Hamburguesa de ternera con salsa de puerros (D) Yogur natural (L)	Arroz con tomate natural Estofado de pavo con patatas, calabacín y zanahoria Fruta de temporada
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
Caldo de verduras con pasta integral (G,A) Tortilla de patata y cebolla (H) Fruta de temporada	Crema de verduras con quinoa Pavo al horno con tomate natural Fruta de temporada	Lentejas estofadas con bulgur (G) Albóndigas de verdura y soja con salsa de calabaza (G,S) Yogur natural (L)	Crema de brócoli, calabacín y zanahoria Butifarra de payés con salsa de champiñones (D) Fruta de temporada	Judía verde con patata y AOVE Filete de merluza empanado al horno con arroz integral (P,G) Fruta de temporada
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
Estofado de judía blanca con zanahoria Tortilla de patata y cebolla (H) Fruta de temporada	Crema de boniato Pechuga de pollo al horno con salsa de calabacín Yogur natural (L)	Caldo de verduras con cus cus (G,A) Filete de abadejo al horno con salsa de alcachofas (P) Fruta de temporada	Menestra de verduras Albóndigas de ternera con tomate natural Fruta de temporada	Arroz caldoso con verduritas (A) Hamburguesa de tofu con salsa de guisantes (G,S) Fruta de temporada
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES LARDERO 27	VIERNES 28
Estofado de garbanzos con zanahoria Buñuelos de bacalao cocinados al horno con arroz (P,G,H) Yogur natural (L)	Guisantes con patata, cebolla y AOVE Pavo al horno con boniato y zanahoria Fruta de temporada	Lentejas estofadas con bulgur (G) Seitán con salsa de champiñones (S,G) Fruta de temporada	Crema de coliflor y zanahoria Tortilla a la francesa con butifarra de huevo (H) Fruta de temporada	Macarrones integrales con tomate natural (G) Hamburguesa de ternera con salsa de puerros (D) Yogur natural (L)

Registres Sanitaris: 26.12225/B, 26.06696/CAT

CAP A UN MENÚ MÉS SALUDABLE I SOSTENIBLE



- Augmentem** la presència de **llegums**.
- Les nostres **fruites i verdures** són **ecològiques** i de **proximitat**, canviant la fruita segons la **temporada**.
- També són d'origen **ecològic** les **llegums, arrossos, pastes, bulgur, seitàn, quinoa, tofu (soja no transgènica)** i ous que fem servir per elaborar els nostres plats.
- Les **pastes** i **els arrossos** són a més **integrals**, facilitant així la digestió dels nostres petits gourmets.
- No afegim sucre** als nostres plats, per això els iogurts que servim són naturals i sense sucre.
- Fem servir sempre Oli d'Oliva Verge Extra (**AOVE**)
- Incloem **pa blanc o integral**, a elecció del centre, cada dia.
- Per garantir una bona salut dels