



Treball i Experiència en Cuinats S.L.
 Camí de Cererols s/n 08260 SÚRIA
 Telèfon 938696216

MENÚ DEL MENJADOR (EP LA SÈQUIA - F.SECA)

nov-20

DILLUNS	Dia 2	DILLUNS	Dia 9	DILLUNS	Dia 16	DILLUNS	Dia 23	DILLUNS	Dia 30
FESTA		Arròs xinès (pèsols, truita, pernil cuït i tonyina) Filets de limanda al forn amb suc Pa i fruita del temps (*)		Tallarines amb verdures (ceba, albergínia, pebrot i carbassó) Bunyols de bacallà i enciam Pa i fruita del temps (*)		Crema de pastanaga (ceba, pastanaga i patata) Llenties amanides (arròs) Pa i fruita del temps (*)		Sopa d'arròs i pèsols (sofr) Rodó de gall dinidi al forn (sofr) Pa i fruita del temps (*)	
DIMARTS	Dia 3	DIMARTS	Dia 10	DIMARTS	Dia 17	DIMARTS	Dia 24	DIMARTS	Dia
Pèsols amb patates (oli oliva) Hamburgueses casolanes amb suc (vedella, porc ceba) Pa i fruita del temps (*)		Amanida russa (calenta) (patata, pastanaga, m.tendra, pèsols) Fricandó de vedella al forn i xampinyons Pa i fruita del temps (*)		Crema de porros (porro, ceba i patata) Pits de pollastre arrebossat amb pastanaga i blat de moro. Pa i fruita del temps (*)		Sopa de brou (verdura, gallina, ossos vedella i porc, pasta) Truita de ceba i patata amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)			
DIMECRES	Dia 4	DIMECRES	Dia 11	DIMECRES	Dia 18	DIMECRES	Dia 25	DIMECRES	Dia
Sopa de brou Lluç a la marinera Pa i fruita del temps (*)		Llenties (ECO) guisades (arròs) Pollastre al forn Pa i fruita del temps (*)		Cigrons amb espinacs (oli oliva) Filets de lluç al forn, patates, all i julivert Pa i iogurt		Espaguetis italiana (sofregit i formatge) Botifarra amb past i olives Pa i fruita del temps (*)			
DIJOUS	Dia 5	DIJOUS	Dia 12	DIJOUS	Dia 19	DIJOUS	Dia 26	DIJOUS	Dia
Crema de porro, nap i moniato Estofat de gall dindi amb pèsols Pa i fruita del temps (*)		Fideus al forn (sofregit) Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Pa i iogurt		Arròs amb ceba i bolets Truita de formatge i tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)		Mongeta tendra i patata (oli oliva) Croquetes de pollastre amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps (*)			
DIVENDRES	Dia 6	DIVENDRES	Dia 13	DIVENDRES	Dia 20	DIVENDRES	Dia 27	DIVENDRES	Dia
Mongetes seques amanides Cuixes de pollastre al forn amb enciam i olives Pa i fruita del temps (*)		Crema de carbassa Mandonguilles guisades amb pèsols Pa i fruita del temps (*)		Sopa de peix (lluç, sofregit) Llom al forn (sofregit) Pa i fruita del temps (*)		Arròs (ECO) amb tomàquet Filets de bacallà gratinat Pa i iogurt			



Treball i Experiència en Cuinats S.L.
 Camí de Cererols s/n 08260 SÚRIA
 Telèfon 938696216

MENÚ DEL MENJADOR (EP LA SÈQUIA - OU)

nov-20

DILLUNS Dia 2 FESTA	DILLUNS Dia 9 Arròs xinès (pèsols, pernil pernil i tonyina) Filets de limanda al forn amb suc Pa i fruita del temps (*)	DILLUNS Dia 16 Tallarines amb verdures (ceba, albergínia, pebrot i carbassó) Bacallà i enciam amanit Pa i fruita del temps (*)	DILLUNS Dia 23 Crema de pastanaga (ceba, pastanaga i patata) Llenties amanides (arròs) Pa i fruita del temps (*)	DILLUNS Dia 30 Sopa d'arròs i pèsols (sofr) Rodó de gall dinidi al forn (sofr) Pa i fruita del temps (*)
DIMARTS Dia 3 Pèsols amb patates (oli oliva) Hamburgueses casolanes amb suc (vedella, porc ceba) Pa i fruita del temps (*)	DIMARTS Dia 10 Amanida russa (calenta) (patata, pastanaga, m.tendra, pèsols) Fricandó de vedella al forn i xampinyons Pa i fruita del temps (*)	DIMARTS Dia 17 Crema de porros (porro, ceba i patata) Pits de pollastre a la planxa amb pastanaga i blat de moro. Pa i fruita del temps (*)	DIMARTS Dia 24 Sopa vegetal (verdura i pasta) Limanda al forn amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)	
DIMECRES Dia 4 Sopa vegetal (verdura i pasta) Lluç a la marinera Pa i fruita del temps (*)	DIMECRES Dia 11 Llenties (ECO) guisades (arròs) Pollastre al forn Pa i fruita del temps (*)	DIMECRES Dia 18 Cigrons amb espinacs (oli oliva) Filets de lluç al forn, patates, all i julivert Pa i iogurt	DIMECRES Dia 25 Espaguetis italiana (sofregit) Botifarra amb past i olives Pa i fruita del temps (*)	
DIJOURS Dia 5 Crema de porro, nap i moniato Estofat de gall dindi amb pèsols Pa i fruita del temps (*)	DIJOURS Dia 12 Fideus al forn (sofregit) Lluç amb enciam i blat de moro Pa i iogurt	DIJOURS Dia 19 Arròs amb ceba i bolets Vedella a la planxa amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)	DIJOURS Dia 26 Mongeta tendra i patata (oli oliva) Pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps (*)	
DIVENDRES Dia 6 Mongetes seques amanides Cuixes de pollastre al forn amb enciam i olives Pa i fruita del temps (*)	DIVENDRES Dia 13 Crema de carbassa Mandonguilles guisades amb pèsols Pa i fruita del temps (*)	DIVENDRES Dia 20 Sopa de peix (lluç , sofregit) Llom al forn (sofregit) Pa i fruita del temps (*)	DIVENDRES Dia 27 Arròs (ECO) amb tomàquet Filets de bacallà gratinat Pa i iogurt	

* tots els ingredients són sense ou



Treball i Experiència en Cuinats S.L.
 Camí de Cererols s/n 08260 SÚRIA
 Telèfon 938696216

MENÚ DEL MENJADOR (EP LA SÈQUIA- LLET)

nov-20

DILLUNS	Dia 2	DILLUNS	Dia 9	DILLUNS	Dia 16	DILLUNS	Dia 23	DILLUNS	Dia 30
FESTA		Arròs xinès (pèsols, truita, pernil cuït i tonyina) Filets de limanda al forn amb suc Pa i fruita del temps (*)		Tallarines amb verdures (ceba, albergínia, pebrot i carbassó) Bacallà amb enciam amanit Pa i fruita del temps (*)		Crema de pastanaga (ceba, pastanaga i patata) Llenties amanides (arròs) Pa i fruita del temps (*)		Sopa d'arròs i pèsols (sofr) Rodó de gall dinidi al forn (sofr) Pa i fruita del temps (*)	
DIMARTS	Dia 3	DIMARTS	Dia 10	DIMARTS	Dia 17	DIMARTS	Dia 24		
Pèsols amb patates (oli oliva) Hamburgueses casolanes amb suc (vedella, porc ceba) Pa i fruita del temps (*)		Amanida russa (calenta) (patata, pastanaga, m.tendra, pèsols) Fricandó de vedella al forn i xampinyons Pa i fruita del temps (*)		Crema de porros (porro, ceba i patata) Pits de pollastre a la planxa amb pastanaga amanida Pa i fruita del temps (*)		Sopa vegetal (verdura i pasta) Truita de ceba i patata amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)			
DIMECRES	Dia 4	DIMECRES	Dia 11	DIMECRES	Dia 18	DIMECRES	Dia 25		
Sopa vegetal (verdura i pasta) Lluç a la marinera Pa i fruita del temps (*)		Llenties (ECO) guisades (arròs) Pollastre al forn Pa i fruita del temps (*)		Cigrons amb espinacs (oli oliva) Filets de lluç al forn, patates, all i julivert Pa i iogurt de soja		Espaguetis italiana (sofregit) Botifarra amb past. Amanida Pa i fruita del temps (*)			
DIJOURS	Dia 5	DIJOURS	Dia 12	DIJOURS	Dia 19	DIJOURS	Dia 26		
Crema de porro, nap i moniato Estofat de gall dindi amb pèsols Pa i fruita del temps (*)		Fideus al forn (sofregit) Truita de pernil dolç amb enciam amanit Pa i iogurt de soja		Arròs amb ceba i bolets Truita a la francesa amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)		Mongeta tendra i patata (oli oliva) Pollastre a la planxa amb enciam Pa i fruita del temps (*)			
DIVENDRES	Dia 6	DIVENDRES	Dia 13	DIVENDRES	Dia 20	DIVENDRES	Dia 27		
Mongetes seques amanides Cuixes de pollastre al forn amb enciam Pa i fruita del temps (*)		Crema de carbassa Mandonguilles guisades amb pèsols Pa i fruita del temps (*)		Sopa de peix (lluç , sofregit) Llom al forn (sofregit) Pa i fruita del temps (*)		Arròs (ECO) amb tomàquet Filets de bacallà gratinat Pa i iogurt de soja			



Treball i Experiència en Cuinats S.L.
 Camí de Cererols s/n 08260 SÚRIA
 Telèfon 938696216

MENÚ DEL MENJADOR (EP LA SÈQUIA - CELÍACS)

nov-20

DILLUNS	Dia 2	DILLUNS	Dia 9	DILLUNS	Dia 16	DILLUNS	Dia 23	DILLUNS	Dia 30
FESTA		Arròs xinès (pèsols, truita, pernil cuït i tonyina) Filets de limanda al forn amb suc Pa i fruita del temps (*)		Tallarines amb verdures (ceba, albergínia, pebrot i carbassó) Bacallà amb enciam Pa i fruita del temps (*)		Crema de pastanaga (ceba, pastanaga i patata) Llenties amanides (arròs) Pa i fruita del temps (*)		Sopa d'arròs i pèsols (sofr) Rodó de gall dinidi al forn (sofr) Pa i fruita del temps (*)	
DIMARTS	Dia 3	DIMARTS	Dia 10	DIMARTS	Dia 17	DIMARTS	Dia 24		
Pèsols amb patates (oli oliva) Hamburgueses casolanes amb suc (vedella, porc ceba) Pa i fruita del temps (*)		Amanida russa (calenta) (patata, pastanaga, m.tendra, pèsols) Fricandó de vedella al forn i xampinyons Pa i fruita del temps (*)		Crema de porros (porro, ceba i patata) Pits de pollastre arrebossat amb pastanaga i blat de moro Pa i fruita del temps (*)		Sopa vegetal (verdures i pasta) Truita de ceba i patata amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)			
DIMECRES	Dia 4	DIMECRES	Dia 11	DIMECRES	Dia 18	DIMECRES	Dia 25		
Sopa vegetal (verdures i pasta) Lluç a la marinera Pa i fruita del temps (*)		Llenties (ECO) guisades (arròs) Pollastre al forn Pa i fruita del temps (*)		Cigrons amb espinacs (oli oliva) Filets de lluç al forn, patates, all i julivert Pa i iogurt		Espaguetis italiana (sofregit) Botifarra amb pastanaga a. Pa i fruita del temps (*)			
DIJOUS	Dia 5	DIJOUS	Dia 12	DIJOUS	Dia 19	DIJOUS	Dia 26		
Crema de porro, nap i moniato Estofat de gall dindi amb pèsols Pa i fruita del temps (*)		Fideus al forn (sofregit) Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Pa i iogurt		Arròs amb ceba i bolets Truita de formatge i tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)		Mongeta tendra i patata (oli oliva) Pollastre a la planxa amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps (*)			
DIVENDRES	Dia 6	DIVENDRES	Dia 13	DIVENDRES	Dia 20	DIVENDRES	Dia 27		
Mongetes seques amanides Cuixes de pollastre al forn amb enciam Pa i fruita del temps (*)		Crema de carbassa Mandonguilles guisades amb pèsols Pa i fruita del temps (*)		Sopa de peix (lluç, sofregit) Llom al forn (sofregit) Pa i fruita del temps (*)		Arròs (ECO) amb tomàquet Filets de bacallà gratinat Pa i iogurt			

*tots els ingredients són sense gluten



Treball i Experiència en Cuinats S.L.
 Camí de Cererols s/n 08260 SÚRIA
 Telèfon 938696216

MENÚ DEL MENJADOR (EP LA SÈQUIA - peix)

nov-20

DILLUNS Dia 2 FESTA	DILLUNS Dia 9 Arròs xinès (pèsols, truita, pernil cuit) Llom a la planxa amb salsa de tomàquet Pa i fruita del temps (*)	DILLUNS Dia 16 Tallarines amb verdures (ceba, albergínia, pebrot i carbassó) Ous durs amb salsa de tomàquet Pa i fruita del temps (*)	DILLUNS Dia 23 Crema de pastanaga (ceba, pastanaga i patata) Llenties amanides (arròs) Pa i fruita del temps (*)	DILLUNS Dia 30 Sopa d'arròs i pèsols (sofr) Rodó de gall dinidi al forn (sofr) Pa i fruita del temps (*)
DIMARTS Dia 3 Pèsols amb patates (oli oliva) Hamburgueses casolanes amb suc (vedella, porc ceba) Pa i fruita del temps (*)	DIMARTS Dia 10 Amanida russa (calenta) (patata, pastanaga, m.tendra, pèsols) Fricandó de vedella al forn i xampinyons Pa i fruita del temps (*)	DIMARTS Dia 17 Crema de porros (porro, ceba i patata) Pits de pollastre arrebossat amb pastanaga i blat de moro. Pa i fruita del temps (*)	DIMARTS Dia 24 Sopa de brou (verdura, gallina, ossos vedella i porc, pasta) Truita de ceba i patata amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)	
DIMECRES Dia 4 Sopa de brou Croquetes de pernil amb tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)	DIMECRES Dia 11 Llenties (ECO) guisades (arròs) Pollastre al forn Pa i fruita del temps (*)	DIMECRES Dia 18 Cigrons amb espinacs (oli oliva) Vedella a la planxa amb enciam Pa i iogurt	DIMECRES Dia 25 Espaguetis italiana (sofregit i formatge) Botifarra amb past i olives Pa i fruita del temps (*)	
DIJOUS Dia 5 Crema de porro, nap i moniato Estofat de gall dindi amb pèsols Pa i fruita del temps (*)	DIJOUS Dia 12 Fideus al forn (sofregit) Truita de pernil dolç amb enciam i blat de moro Pa i iogurt	DIJOUS Dia 19 Arròs amb ceba i bolets Truita de formatge i tomàquet amanit Pa i fruita del temps (*)	DIJOUS Dia 26 Mongeta tendra i patata (oli oliva) Croquetes de pollastre amb enciam i blat de moro Pa i fruita del temps (*)	
DIVENDRES Dia 6 Mongetes seques amanides Cuixes de pollastre al forn amb enciam i olives Pa i fruita del temps (*)	DIVENDRES Dia 13 Crema de carbassa Mandonguilles guisades amb pèsols Pa i fruita del temps (*)	DIVENDRES Dia 20 Sopa vegetal (verdura i pasta) Llom al forn (sofregit) Pa i fruita del temps (*)	DIVENDRES Dia 27 Arròs (ECO) amb tomàquet Vedella a la planxa amb pastanaga amanida Pa i iogurt	