



HALAL + NO VEDELLA

AMISTAT

Setembre



DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

30 DE SETEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

PASTA AMB Salsa DE
FORMATGES

*PEIX BLANC A LA
LLIMONA amb tomàquet
amanit i olives

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÒS

HAMBURGUESA
VEGETAL AL FORN amb
enciam i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

**QUICHE CASOLANA
D'OUS I XAMPINYONS**

amb cogombre i
remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ
AMB CROSTONS
(carbassó, porro, ceba,
patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE PEIX BLANC
(*PEIX BLANC, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

GALL DINDI AL FORN
amb salsa de tomàquet i
ceba

Fruita del temps

CIGRONS SALTATS AMB
CEBA

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

*Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:
PORC NI VEDELLA*

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

LLENTIES A LA
RIOJANA (**S/XORIÇO**)

*PEIX BLANC amb salsa
de tomàquet i herbes a
la provençal

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES

TRUITA DE TONYINA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSOYSE TÈBIA
AMB CROSTONS

GALL DINDI AL FORN
amb albergínia
arrebossada

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA
AMB FORMATGE
FRESC (tomàquet,
olives, enciam)

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb cogombre amanit i
blat de moro

logurt natural

BRÒQUIL AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ amb enciam,
blat de moro i cogombre

logurt natural

PASTA A LA
NAPOLITANA AMB
FORMATGE

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb enciam, remolatxa i
pastanaga

logurt natural



Les **fruites** són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **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, canana, potón, salmó, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

MENÚ ELABORAT I VALIDAT PER DIETISTA-NUTRICIONISTA COL·LEGIADA CAT001388



**SENSE PEIX + ANACARDS
(A.G.)**

AMISTAT

Setembre



DILLUNS

DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

PASTA AMB SALSA DE
FORMATGES

TRUITA A LA FRANCESA
amb tomàquet amanit i
olives

Fruita del temps

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÒS

HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i olives

Fruita del temps

30 DE SETEMBRE

PÈSOLS AMB PATATA

QUICHE CASOLANA
D'OUS, XAMPINYONS I
BACON amb cogombre i
remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ
AMB *CROSTONS
(carbassó, porro, ceba,
patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE GALL DINDI
(GALL DINDI, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

MANDONGUILLES DE
VEDELLA amb salsa de
tomàquet i ceba

Fruita del temps

CIGRONS SALTATS AMB
PERNIL CUIT

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:
**ANACARDS, PEIX
NI DERIVATS**

DIJOUS

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga, blat
de moro, tomàquet)

LLENTIES A LA
RIOJANA

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSOYSE TÈBIA
AMB *CROSTONS

LLOM ADOBAT AL FORN
amb *albergínia
arrebossada

Fruita del temps

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA
AMB FORMATGE
FRESC (tomàquet,
olives, enciam)

*CROQUETES DE
POLLASTRE amb
cogombre amanit i blat
de moro

logurt natural

BRÒQUIL AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ amb enciam,
blat de moro i cogombre

logurt natural

PASTA A LA
NAPOLITANA AMB
FORMATGE

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb enciam, remolatxa i
pastanaga

logurt natural



Les fruites són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres 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, canana, potón, salmó, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

MENÚ ELABORAT I VALIDAT PER DIETISTA-NUTRICIONISTA COL·LEGIADA CAT001388



OVOLACTOVEGETARIÀ

AMISTAT

Setembre



DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

30 DE SETEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

PASTA AMB Salsa DE
FORMATGES

TRUITA A LA FRANCESA
amb tomàquet amanit i
olives

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÒS

HAMBURGUESA
VEGETAL AL FORN amb
enciam i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

QUICHE CASOLANA
D'OUS I XAMPINYONS

amb cogombre i
remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ
AMB CROSTONS
(carbassó, porro, ceba,
patata)

PÈSOLS SALTATS
AMB CEBa amb patata
al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE TOFU
(TOFU, ceba, pebrot, all,
tomàquet, pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

LLENTIES SALTADES amb
salsa de tomàquet i ceba

Fruita del temps

CIGRONS SALTATS AMB
CEBA

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:
CARN, PEIX NI
DERIVATS

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga, blat
de moro, tomàquet)

LLENTIES A LA
RIOJANA (S/XORIÇO)

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSOYSE TÈBIA
AMB CROSTONS

TRUITA A LA FRANCESA
amb albergínia
arrebossada

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA
AMB FORMATGE
FRESC (tomàquet,
olives, enciam)

TOFU ARREBOSSAT
CASOLÀ amb cogombre
amanit i blat de moro

iogurt natural

BRÒQUIL AMB PATATA

TOFU GUISAT AL
ROMANÍ amb enciam,
blat de moro i cogombre

iogurt natural

PASTA A LA
NAPOLITANA AMB
FORMATGE

TOFU ARREBOSSAT
CASOLÀ amb enciam,
remolatxa i pastanaga

iogurt natural



Les fruites són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/1 mes, els aliments ECOLÒGICS que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres 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, canana, potón, salmó, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat



SENSE GLUTEN +
LLENTIES (E.C.)

Setembre

AMISTAT



DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

30 DE SETEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

PASTA S/ GLUTEN AMB
SALSA DE FORMATGES

*PEIX BLANC A LA
LLIMONA amb tomàquet
amanit i olives

Fruita del temps

MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
ARRÒS

*HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

QUICHE CASOLANA
D'OUS, XAMPINYONS I
*BACON S/ GLUTEN /
PIZZA S/ GLUTEN DE
XAMPINYONS I
*BACON amb cogombre
i remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ
AMB CROSTONS
S/ GLUTEN (carbassó,
porro, ceba, patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE PEIX BLANC
(*PEIX BLANC, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

*MANDONGUILLES DE
VEDELLA S/ GLUTEN /
LLOM amb salsa de
tomàquet i ceba

Fruita del temps

CIGRONS SALTATS AMB
*PERNIL CUIT

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:
**GLUTEN,
LLENTIES NI
DERIVATS**

DIJOUS

CIGRONS A LA
RIOJANA (*XORIÇO)

*PEIX BLANC amb salsa
de tomàquet i herbes a
la provençal

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES

TRUITA DE TONYINA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSOYSE TÈBIA
AMB CROSTONS
S/ GLUTEN

LLOM ADOBAT AL FORN
amb *albergínia
arrebossada S/ GLUTEN /
al forn

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA
S/ GLUTEN AMB
FORMATGE FRESC
(tomàquet, olives, enciam)

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/ GLUTEN amb
cogombre amanit i blat
de moro

logurt natural

BRÒQUIL AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ amb enciam,
blat de moro i cogombre

logurt natural

PASTA S/ GLUTEN A LA
NAPOLITANA AMB
FORMATGE

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/ GLUTEN amb enciam,
remolatxa i pastanaga

logurt natural

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!



Les **fruites** són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/1 mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurt natural**. Es serveix **pa sense gluten**

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

Els peixos a servir són: Carboner, gallineta, gall de Sant Pere, Maïre, Lluç, Llimanda, calamar, canana, potón, salmó, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat



SENSE PROTEÏNA LLET
DE VACA + GLUTEN +
FRUITS SECS (P.M.)

Setembre

AMISTAT



DILLUNS

DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

PASTA S/GLUTEN AMB
SALSA DE TOMÀQUET

*PEIX BLANC A LA
LLIMONA amb tomàquet
amanit i olives

Fruita del temps

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
ARRÒS

*HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AL FORN
amb enciam i olives

Fruita del temps

30 DE SETEMBRE

PÈSOLS AMB PATATA

PIZZA S/GLUTEN DE
XAMPINYONS I
*BACON
(S/FORMATGE) amb
cogombre i remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ
AMB *CROSTONS
S/GLUTEN, S/LÀCTICS
(carbassó, porro, ceba,
patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
S/GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE PEIX BLANC
(*PEIX BLANC, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

*MANDONGUILLES DE
VEDELLA S/GLUTEN /
LLOM amb salsa de
tomàquet i ceba

Fruita del temps

CIGRONS SALTATS AMB
*PERNIL CUIT

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:
PLV, GLUTEN,
FRUITS SECS NI
DERIVATS

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

CIGRONS A LA
RIOJANA (*XORIÇO)

*PEIX BLANC amb salsa
de tomàquet i herbes a
la provençal

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES

TRUITA DE TONYINA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSEYSE TÈBIA
AMB CROSTONS
S/GLUTEN (amb beguda
vegetal de soja)

LLOM ADOBAT AL FORN
amb *albergínia
arrebossada S/GLUTEN /
al forn

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA
S/GLUTEN,
S/FORMATGE FRESC
(tomàquet, olives, enciam)

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/GLUTEN amb
cogombre amanit i blat
de moro

Iogurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)

BRÒQUIL AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ amb enciam,
blat de moro i cogombre

Iogurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)

PASTA S/GLUTEN A LA
NAPOLITANA
S/FORMATGE

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/GLUTEN amb enciam,
remolatxa i pastanaga

Iogurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)



Les **fruites** són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.
Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.
1 vegada/l mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.
Es serveix els divendres **iogurts d'origen de derivats vegetals (NO FRUITS SECS)**. Es serveix perguinar i amanir **sal iodada**.
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, canana, potón, salmó, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat



**SENSE PROTEÏNA DE LLET
DE VACA + VEDELLA +
PEIX + MARISC + FRUITS
SECS (M.M.)**

Setembre

AMISTAT



DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

30 DE SETEMBRE

DILLUNS

**ARRÒS AMB
TOMÀQUET**

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

**PASTA AMB SALSA DE
TOMÀQUET**

TRUITA A LA FRANCESA
amb tomàquet amanit i
olives

Fruita del temps

**LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÒS**

***HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AL FORN**
amb enciam i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

**PIZZA DE
XAMPINYONS I
*BACON
(S/FORMATGE)** amb
cogombre i remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

**CREMA DE CARBASSÓ
AMB *CROSTONS
S/LÀCTICS** (carbassó,
porro, ceba, patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

**TIMBAL DE VERDURES
S/GRATINAT**

**CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA**

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE GALL DINDI
(**GALL DINDI**, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

GALL DINDI AL FORN
amb salsa de tomàquet i
ceba

Fruita del temps

**CIGRONS SALTATS AMB
*PERNIL CUIT**

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

*Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:*

**PLV, VEDELLA +
PEIX + MARISC +
FRUITS SECS NI
DERIVATS**

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

AMANIDA VARIADA
(enciam, pastanaga, blat
de moro, tomàquet)

**LLENTIES A LA
RIOJANA (S/XORIÇO)**

Fruita del temps

**MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES**

TRUITA A LA FRANCESA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

**VICHISSOYSE TÈBIA
AMB *CROSTONS** (amb
beguda vegetal de soja)

LLOM ADOBAT AL FORN
amb ***albergínia**
arrebossada / al forn

Fruita del temps

DIVENDRES

**AMANIDA DE PASTA
S/FORMATGE FRESC**
(tomàquet, olives, enciam)

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb cogombre amanit i
blat de moro

**logurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)**

BRÒQUIL AMB PATATA

**POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ** amb enciam,
blat de moro i cogombre

**logurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)**

**PASTA A LA
NAPOLITANA
S/FORMATGE**

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb enciam, remolatxa i
pastanaga

**logurt VEGETAL (NO
FRUITS SECS)**



Les **fruites** són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurts d'origen de derivats vegetals (NO FRUITS SECS)**. Es serveix **perguinar** i **amanir sal iodada**. Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat.



@tenomenjadors



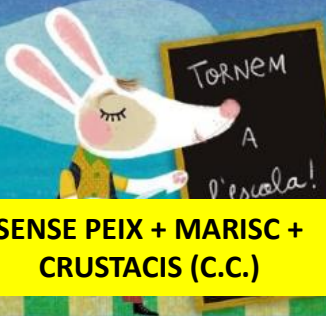
@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno
Cuina i lleure
de proximitat

MENÚ ELABORAT I VALIDAT PER DIETISTA-NUTRICIONISTA COL·LEGIADA CAT001388



AMISTAT

Setembre



SENSE PEIX + MARISC + CRUSTACIS (C.C.)

DEL 9 AL 13 DE SETEMBRE

DEL 16 AL 20 DE SETEMBRE

DEL 23 AL 27 DE SETEMBRE

30 DE SETEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB TOMÀQUET

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i pastanaga ratllada

Fruita del temps

PASTA AMB SALSA DE FORMATGES

TRUITA A LA FRANCESA amb tomàquet amanit i olives

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS

HAMBURGUESA DE VEDELLA AL FORN amb enciam i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

QUICHE CASOLANA D'OUS, XAMPINYONS I BACON amb cogombre i remolatxa

Fruita del temps

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ AMB *CROSTONS (carbassó, porro, ceba, patata)

POLLASTRE ROSTIT amb patata al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURETES I PATATA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE GALL DINDI (GALL DINDI, ceba, pebrot, all, tomàquet, pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS (Pèsols, pastanaga, blat de moro)

MANDONGUILLES DE VEDELLA amb salsa de tomàquet i ceba

Fruita del temps

CIGRONS SALTATS AMB PERNIL CUIT

TRUITA DE PATATA amb tomàquet amanit i blat de moro

Fruita del temps

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: PEIX + MARISC + CRUSTACIS NI DERIVATS

DIJOUS

AMANIDA VARIADA (enciam, pastanaga, blat de moro, tomàquet)

LLENTIES A LA RIOJANA

Fruita del temps

MONGETA BLANCA ESTOFADA AMB VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSOYSE TÈBIA AMB *CROSTONS

LLOM ADOBAT AL FORN amb *albergínia arrebossada

Fruita del temps

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA AMB FORMATGE FRESC (tomàquet, olives, enciam)

POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb cogombre amanit i blat de moro

logurt natural

BRÒQUIL AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb enciam, blat de moro i cogombre

logurt natural

PASTA A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE

POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb enciam, remolatxa i pastanaga

logurt natural



Les fruites són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments ECOLÒGICS que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres iogurt natural.

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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

Teno

Cuina i lleure de proximitat



**SENSE FRUITS SECS
(L.G.)**

Setembre

AMISTAT



DILLUNS

DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

PASTA AMB Salsa DE
FORMATGES

*PEIX BLANC A LA
LLIMONA amb tomàquet
amanit i olives

Fruita del temps

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÒS

**HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AL FORN**
amb enciam i olives

Fruita del temps

30 DE SETEMBRE

PÈSOLS AMB PATATA

QUICHE CASOLANA
D'OUS, XAMPINYONS I
*BACON amb cogombre i
remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ
AMB *CROSTONS
(carbassó, porro, ceba,
patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE PEIX BLANC
(*PEIX BLANC, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

MANDONGUILLES DE
VEDELLA amb salsa de
tomàquet i ceba

Fruita del temps

CIGRONS SALTATS AMB
*PERNIL CUIT

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

*Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:
**FRUITS SECS NI
DERIVATS***

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

LLENTIES A LA
RIOJANA (*XORIÇO)

*PEIX BLANC amb salsa
de tomàquet i herbes a
la provençal

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES

TRUITA DE TONYINA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSEYSE TÈBIA
AMB *CROSTONS

LLOM ADOBAT AL FORN
amb *albergínia
arrebossada / **AL FORN**

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA
AMB FORMATGE
FRESC (tomàquet,
olives, enciam)

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb cogombre amanit i
blat de moro

logurt natural

BRÒQUIL AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ amb enciam, blat
de moro i cogombre

logurt natural

PASTA A LA
NAPOLITANA AMB
FORMATGE

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb enciam, remolatxa i
pastanaga

logurt natural



Les **fruites** són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **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, canana, potón, salmó, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat



**SENSE GLUTEN +
PROTEÏNA DE LLET
DE VACA (M.G.)**

Setembre

AMISTAT



DILLUNS

DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

**ARRÒS AMB
TOMÀQUET**

**TRUITA A LA
FRANCESA** amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

**PASTA S/ GLUTEN AMB
SALSA DE TOMÀQUET**

***PEIX BLANC A LA
LLIMONA** amb tomàquet
amanit i olives

Fruita del temps

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

**MONGETES BLANQUES
ESTOFADES AMB
ARRÒS**

***HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AL FORN**
amb enciam i olives

Fruita del temps

30 DE SETEMBRE

PÈSOLS AMB PATATA

**PIZZA S/ GLUTEN DE
XAMPINYONS I
*BACON
(S/FORMATGE)** amb
cogombre i remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

**CREMA DE CARBASSÓ
AMB *CROSTONS
S/ GLUTEN, S/ LÀCTICS**
(carbassó, porro, ceba,
patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

**TIMBAL DE VERDURES
S/ GRATINAT**

**CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA**

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE PEIX BLANC
(*PEIX BLANC, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

***MANDONGUILLES DE
VEDELLA S/ GLUTEN /
LLOM** amb salsa de
tomàquet i ceba

Fruita del temps

**CIGRONS SALTATS AMB
*PERNIL CUIT**

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

*Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:
**PLV + GLUTEN NI
DERIVATS***

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

**CIGRONS A LA
RIOJANA (*XORIÇO)**

***PEIX BLANC** amb salsa
de tomàquet i herbes a
la provençal

Fruita del temps

**MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES**

TRUITA DE TONYINA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

**VICHISSOYSE TÈBIA
AMB CROSTONS
S/ GLUTEN (amb beguda
vegetal de soja)**

LLOM ADOBAT AL FORN
amb *albergínia
arrebossada **S/ GLUTEN /
al forn**

Fruita del temps

DIVENDRES

**AMANIDA DE PASTA
S/ GLUTEN,
S/ FORMATGE FRESC**
(tomàquet, olives, enciam)

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/ GLUTEN** amb
cogombre amanit i blat
de moro

Iogurt VEGETAL

BRÒQUIL AMB PATATA

**POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ** amb enciam,
blat de moro i cogombre

Iogurt VEGETAL

**PASTA S/ GLUTEN A LA
NAPOLITANA
S/ FORMATGE**

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
S/ GLUTEN** amb enciam,
remolatxa i pastanaga

Iogurt VEGETAL



Les **fruites** són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **iogurts d'origen de derivats vegetals**. Es serveix per cuinar i amanir **salsada**.

Les carns i el pollastre que oferim són de granges de proximitat. Es serveix **PA SENSE GLUTEN**

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



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors

MENÚ ELABORAT I VALIDAT PER DIETISTA-NUTRICIONISTA COL·LEGIADA CAT001388

Teno

Cuina i lleure
de proximitat



AMISTAT

SENSE MARISC (C.A.)

Setembre



DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

30 DE SETEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

TRUITA A LA
FRANCESA amb enciam
i pastanaga ratllada

Fruita del temps

PASTA AMB SALSA DE
FORMATGES

***PEIX BLANC** A LA
LLIMONA amb tomàquet
amanit i olives

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÒS

**HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AL FORN**
amb enciam i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

QUICHE CASOLANA
D'OUS, XAMPINYONS I
BACON amb cogombre i
remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ
AMB CROSTONS
(carbassó, porro, ceba,
patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE **PEIX BLANC**
(***PEIX BLANC**, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

MANDONGUILLES DE
VEDELLA amb salsa de
tomàquet i ceba

Fruita del temps

CIGRONS SALTATS AMB
PERNIL CUIT

TRUITA DE PATATA amb
tomàquet amanit i blat de
moro

Fruita del temps

*Es comprovarà que
en els ingredients i
traces no contingui:
**MARISC NI
DERIVATS***

DIJOUS

LLENTIES A LA
RIOJANA

***PEIX BLANC** amb salsa
de tomàquet i herbes a
la provençal

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES

TRUITA A LA FRANCESA
amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSOYSE TÈBIA
AMB CROSTONS

LLOM ADOBAT AL FORN
amb albergínia
arrebossada

Fruita del temps

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA
AMB FORMATGE
FRESC (tomàquet,
olives, enciam)

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ**
amb cogombre amanit i
blat de moro

logurt natural

BRÒQUIL AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ amb enciam,
blat de moro i cogombre

logurt natural

PASTA A LA
NAPOLITANA AMB
FORMATGE

POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
amb enciam, remolatxa i
pastanaga

logurt natural



Les **fruites** són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **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, salmó, seitons.**



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

MENÚ ELABORAT I VALIDAT PER DIETISTA-NUTRICIONISTA COL·LEGIADA CAT001388



Setembre

AMISTAT



DILLUNS

DEL 9 AL 13 DE SETEMBRE

ARRÒS AMB TOMÀQUET

TRUITA A LA FRANCESA amb enciam i pastanaga ratllada

Fruita del temps (NO MANGO)

DEL 16 AL 20 DE SETEMBRE

PASTA AMB Salsa DE FORMATGES

*PEIX BLANC A LA LLIMONA amb tomàquet amanit i olives

Fruita del temps (NO MANGO)

DEL 23 AL 27 DE SETEMBRE

LLENTIES ESTOFADES AMB ARRÒS

HAMBURGUESA DE POLLASTRE AL FORN amb enciam i olives

Fruita del temps (NO MANGO)

30 DE SETEMBRE

PÈSOLS AMB PATATA

QUICHE CASOLANA D'OUS, XAMPINYONS I *BACON amb cogombre i remolatxa

Fruita del temps (NO MANGO)

Us donem la benvinguda a l'espai del migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ AMB *CROSTONS (carbassó, porro, ceba, patata)

POLLASTRE ROSTIT amb patata al caliu

Fruita del temps (NO MANGO)

TIMBAL DE VERDURES GRATINAT

CIGRONS ESTOFATS AMB VERDURETES I PATATA

Fruita del temps (NO MANGO)

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE PEIX BLANC (*PEIX BLANC, ceba, pebrot, all, tomàquet, pèsols)

Fruita del temps (NO MANGO)

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS (Pèsols, pastanaga, blat de moro)

MANDONGUILLES DE VEDELLA amb salsa de tomàquet i ceba

Fruita del temps (NO MANGO)

CIGRONS SALTATS AMB *PERNIL CUIT

TRUITA DE PATATA amb tomàquet amanit i blat de moro

Fruita del temps (NO MANGO)

Es comprovarà que en els ingredients i traces no contingui: **FRUITS SECS NI MANGO NI DERIVATS**

DIJOUS

LLENTIES A LA RIOJANA (*XORIÇO)

*PEIX BLANC amb salsa de tomàquet i herbes a la provençal

Fruita del temps (NO MANGO)

MONGETA BLANCA ESTOFADA AMB VERDURES

TRUITA DE TONYINA amb llet d'enciams

Fruita del temps (NO MANGO)

VICHISSEYSE TÈBIA AMB *CROSTONS

LLOM ADOBAT AL FORN amb *albergínia arrebossada / **AL FORN**

Fruita del temps (NO MANGO)

Cuina de proximitat, menús saborosos i hàbits saludables!

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA AMB FORMATGE FRESC (tomàquet, olives, enciam)

POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb cogombre amanit i blat de moro

logurt natural

BRÒQUIL AMB PATATA

POLLASTRE GUISAT AL ROMANÍ amb enciam, blat de moro i cogombre

logurt natural

PASTA A LA NAPOLITANA AMB FORMATGE

POLLASTRE ARREBOSSAT CASOLÀ amb enciam, remolatxa i pastanaga

logurt natural



Les **fruites** són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els **vegetals, verdures i hortalisses** són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments **ECOLÒGICS** que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres **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, canana, potón, salmó, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure de proximitat

AMISTAT

SENSE OU +
PROTEÏNA DE LLET
DE VACA (M.G.)

Setembre

DEL 9 AL 13 DE
SETEMBRE

DEL 16 AL 20 DE
SETEMBRE

DEL 23 AL 27 DE
SETEMBRE

30 DE SETEMBRE

DILLUNS

ARRÒS AMB
TOMÀQUET

***PEIX AL FORN** amb
enciam i pastanaga
ratllada

Fruita del temps

**PASTA (S/OU) AMB
SALSA DE TOMÀQUET**

***PEIX BLANC A LA
LLIMONA** amb tomàquet
amanit i olives

Fruita del temps

LLENTIES ESTOFADES
AMB ARRÒS

***HAMBURGUESA DE
POLLASTRE AL FORN**
amb enciam i olives

Fruita del temps

PÈSOLS AMB PATATA

***PIZZA (S/OU) DE
XAMPINYONS I
*BACON
(S/FORMATGE)** amb
cogombre i remolatxa

Fruita del temps

Us donem
la
benvinguda
a l'espai del
migdia

DIMARTS

CREMA DE CARBASSÓ
AMB ***CROSTONS**
(carbassó, porro, ceba,
patata)

POLLASTRE ROSTIT
amb patata al caliu

Fruita del temps

TIMBAL DE VERDURES
S/GRATINAT

**CIGRONS ESTOFATS
AMB VERDURETES I
PATATA**

Fruita del temps

CREMA DE CARBASSA

PAELLA DE PEIX BLANC
(*PEIX BLANC, ceba,
pebrot, all, tomàquet,
pèsols)

Fruita del temps

DIMECRES

FESTIU

ARRÒS TRES COLORS
(Pèsols, pastanaga, blat de
moro)

***MANDONGUILLES DE
VEDELLA / LLOM** amb
salsa de tomàquet i ceba

Fruita del temps

**CIGRONS SALTATS AMB
*PERNIL CUIT**

GALL DINDI AL FORN
amb tomàquet amanit i
blat de moro

Fruita del temps

Cuina de
proximitat,
menús
saborosos i
hàbits
saludables!

DIJOUS

LLENTIES A LA
RIOJANA (***XORIÇO**)

***PEIX BLANC** amb salsa
de tomàquet i herbes a
la provençal

Fruita del temps

MONGETA BLANCA
ESTOFADA AMB
VERDURES

***PEIX BLANC AL FORN**
amb llet d'enciams

Fruita del temps

VICHISSOYSE TÈBIA
AMB ***CROSTONS** (amb
beguda vegetal de soja)

LLOM ADOBAT AL FORN
amb *albergínia
arrebossada (**S/OU**) / al
forn

Fruita del temps

DIVENDRES

AMANIDA DE PASTA
(**S/OU**) **S/FORMATGE
FRESC** (tomàquet, olives,
enciam)

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
(S/OU)** amb cogombre
amanit i blat de moro

Iogurt VEGETAL

BRÒQUIL AMB PATATA

**POLLASTRE GUISAT AL
ROMANÍ** amb enciam,
blat de moro i cogombre

Iogurt VEGETAL

**PASTA (S/OU) A LA
NAPOLITANA
S/FORMATGE**

**POLLASTRE
ARREBOSSAT CASOLÀ
(S/OU)** amb enciam,
remolatxa i pastanaga

Iogurt VEGETAL

Les fruites són de temporada i proximitat: préssec, nectarines, poma, meló, raïm, síndria, mandarina, prunes, pera, plàtan/banana.

Els vegetals, verdures i hortalisses són de temporada i proximitat: carbassó, pebrot, albergínia, tomàquet, cogombre, mongeta tendra, porro, bleda, api, col, coliflor, bròquil, patata, ceba, alls, carbassa, moniato, pastanaga, enciam, rave, remolatxa.

1 vegada/l mes, els aliments ECOLÒGICS que utilitzem són: 100% dels llegums o pasta i el iogurt també.

Es serveix els divendres iogurts d'origen de derivats vegetals. Es serveix per cuinar i amanir sal iodada.

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, canana, potón, salmó, seitons.



@tenomenjadors



@Teno_menjadors



@tenomenjadors



Teno

Cuina i lleure
de proximitat

MENÚ ELABORAT I VALIDAT PER DIETISTA-NUTRICIONISTA COL·LEGIADA CAT001388