

2026 - 2027

OCTUBRE



FRANÇA

Bon appétit !

Descobrim els sabors de França

Repte del mes: troba 5 Amelie en el menú



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5 Mongeta tendra,
patata i pastanaga
Salsitxes a la planxa amb
enciam i pastanaga
Fruita de temporada

6 Llenties estofades
amb verdures
Croquetes d'espinaçs amb
enciam i blat de moro
Fruita de temporada

7 Arròs 3 delícies (blat de
moro, pèsols,
pastanaga i salsa de soja)
Truita de carbassó amb
enciam i olives
logurt natural

1 Arròs amb salsa de
tomàquet
Lluç enfarinat amb
enciam i olives
Fruita de temporada

8 Crema de verdures de
temporada amb crostons
Filet de lluç al forn amb
ceba i patata panadera
Fruita de temporada

2 Crema de carbassó
Hamburguesa de vedella i
porc amb enciam i
tomàquet
Fruita de temporada

9 Espaguetis integrals
amb salsa de carbassa
Pollastre amb curri amb
daus de poma i amanida
Fruita de temporada

12 **FESTA**
Fruita de temporada

13 Arròs amb salsa de
tomàquet
Truita a la francesa i
amanida d'enciam i
pastanaga
logurt natural

14 Cigrons estofats amb
verdures
Rodó de vedella al forn
amb xampinyons (amanida
a elecció)*
Fruita de temporada

15 Coliflor eco amb
beixamel gratinat
amb formatge
Estofat de bacallà amb
patates
Fruita de temporada

16 Tallarines amb
verdures i soja
Pollastre al forn amb
enciam i llavors de gira-sol
Fruita de temporada

19 Crema de pastanaga
Truita de patata amb
enciam i olives
logurt natural

20 Arròs amb verdures i
tomàquet
Llom al forn amb salsa de
poma i amanida d'enciam i
blat de moro
Fruita de temporada

21 Mongetes seques
estofades
Filet de lluç arrebossat
amb enciam i pastanaga
Fruita de temporada

22 Bròquil eco amb patata
Gall dindi estofat amb
pastanaga, pèsols i
xampinyons
Fruita de temporada

23 Sopa amb pasta integral
Pollastre amb salsa de
moniato i patates xips
Fruita de temporada

26 Mongeta tendra,
patata i pastanaga
Llibrets de llom amb
enciam i olives
Fruita de temporada

27 Llenties estofades
amb verdures
Filet de lluç al forn amb
ceba i patata panadera
Fruita de temporada

28 Arròs amb xampinyons
i tomàquet
Truita francesa amb
formatge i amanida
d'enciam i pastanaga
Fruita de temporada

29 Macarrons integrals
amb bolonyesa
amb formatge
Salmó al forn amb salsa
de pesto i enciam amb
blat de moro
Fruita de temporada

30 Crema de pastanaga,
carbassa i moniato
Pollastre amb castanyes i
patates
logurt natural

PLATS TRADICIONALS



Vichyssoise (Crema de carbassó)



Omelette (Truita francesa)



Ratatouille (Samfaina)

DIMECRES 14: A ELECCIÓ DEL CENTRE SI ES VOL AMANIDA O NO DE GUARNICIÓ

• La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.

• En compliment del Reglament núm. 1169/2011 (UE) sobre la informació alimentària facilitada al consumidor. La Vostra Cuina disposa de la informació sobre els al·lèrgens dels aliments que componen els menús que s'elaboren.

• Plat calent: Temperatura de conservació $\geq 63^{\circ}\text{C}$. Es manté calent a l'armari fins al moment de servir-ho.

• Plat fred: Temperatura de conservació $\leq 8^{\circ}\text{C}$. Es manté a la nevera fins al moment de servir-ho.

• Tot el menjar és per a consum immediat.

VOSTRA CUINA SL
Reg. San.: 26-03850/B.
Av. Ègara, 50 (08192)
Sant Quirze del Vallès
Tel. 93 721 20 00
www.vostracuina.com



La Vostra Cuina
C A T E R I N G