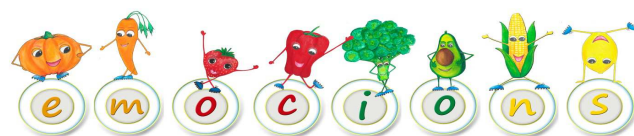


****RAMON LLULL****

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Bròquil amb patata Carn magra de porc estofada amb pèsols, pastanaga i xampinyons Iogurt	Arròs amb tomàquet Hamburguesa de pollastre amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Llenties amb patata, pastanaga i sofregit de tomàquet Filet d'abadejo arrebossat amb patates Fruita de temporada	Macarrons a la carbonara Vedella al forn amb xampinyons Fruita de temporada	Crema de pastanaga Truita de patata i carbassó amb enciam i blat de moro Fruita de temporada
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
FESTA				
Dilluns 17	Dimarts 18	Dimecres 19	Dijous 20	Divendres 21 Dinar de Sant Jordi
FESTA	Mongeta verda i patata amb pernil saltejat Croquetes de pernil amb enciam i olives Fruita de temporada	Cigrons amb patata, pastanaga i tomàquet sofregit Botifarra a la planxa amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Espirals amb salsa de tomàquet i formatge Peix fresc de proximitat al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Crema de carbassó Pollastre al forn amb patates Crema de vainilla
Dilluns 24	Dimarts 25	Dimecres 26 Dinar dels colors	Dijous 27	Divendres 28
Mongeta tendra, pastanaga i patata Hamburguesa de vedella a la planxa amb enciam i olives Iogurt	Llenties amb patata, pastanaga i sofregit de tomàquet Escalopa de pollastre amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Arròs amb tomàquet Bacallà al forn amb samfaina Amanida d'enciam i pastanaga Fruita de color vermell	Crema de verdures (patata, porro, ceba, espinacs, mongeta tendra, pastanaga) Gall d'indi estofat amb xampinyons Fruita de temporada	Fideuà de marisc Ous dur amb tomàquet al forn i patates palla Fruita de temporada

En els nostres menús

Incloem pa cada dia. Els dimecres i divendres és integral (a elecció del centre).
El 95% del nostre producte és de proximitat i/o ecològic (verdures, fruita, llegums, cereals, làctics).
Les postres làctiques són elaborades per la cooperativa d'inserció sociolaboral de la Garrotxa La Fageda.
Utilitzem oli d'oliva per cuinar i amanir i oli de gira-sol alt oleic per fregir.
La cuina es reserva el dret a fer un canvi a últim moment, avisant per e-mail als centres.



Condicions de conservació

Plat calent: Temperatura de conservació $\geq 65^{\circ}\text{C}$. 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.

I per sopar...

Dilluns 3	Dimarts 4	Dimecres 5	Dijous 6	Divendres 7
Arròs integral amb verdures Peix blau al forn Fruita	Crema de carbassó Truita francesa amb enciam i bastonets de pastanaga Fruita	Sopa de lletres Brotxetes de pollastre i carbassó Iogurt	Verdura bullida amb patata Hamburguesa de verdures amb formatge Fruita	Amanida de quinoa amb blat de moro, olives, tomàquet i cogombre Peix blanc a la planxa Fruita
Dilluns 10	Dimarts 11	Dimecres 12	Dijous 13	Divendres 14
FESTA				
Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
FESTA	Arròs tres delícies Peix blanc a la planxa amb enciam Fruita	Cus-Cus amb verdures i pollastre Fruita	Amanida verda amb fruits secs Bistec a la planxa Iogurt	Hummus amb bastonets de api Pizza vegetal Fruita
Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31
Peix blau amb patata i carbassó al forn Fruita	Verdura bullida amb patata Truita francesa amb tomàquet amanit Iogurt	Crema de pastanaga Pollastre a la planxa amb enciam i olives Fruita	Pasta amb tomàquet i tonyina Fruita	Amanida d'arròs, blat de moro i olives Peix blanc arrebossat Fruita

Recepta del mes:

MOUSSE DE MADUIXA

Ingredients: (per a 4 persones)

- 150 g de mascarpone
- 250 g de maduixes
- 25 g de sucre
- 2 fulles de gelatina

- Per a la salsa de maduixes:

- 50 g de maduixes
- 1 cullerada de sucre
- suc de 1/2 taronja



Preparació:

En un bol amb aigua freda, s'hidraten les fulles de gelatina durant 5 minuts.

Tot seguit, s'escorren i amb quatre cullerades grans d'aigua s'escalfen al microones durant 10 segons fins que es dissolguin.

Es netegen les maduixes i es trituren amb el túrmix fins que es facin puré.

S'hi afegeix el mascarpone i es remena fins que la mescla sigui homogènia.

S'hi afegeix la gelatina dissolta, es barreja i s'aboca en els recipients on la servirem. Es reserva a la nevera fins al moment de servir.

- Per a la salsa de maduixes:

Es netegen les maduixes i es trituren amb el túrmix, i es cola el puré.

S'hi afegeix el suc de taronja i el sucre.

S'aboca la barreja en un cassó, i es cou durant uns minuts fins que la preparació sigui al vostre gust d'espessa.

Es deixa refredar i es reserva a la nevera.

Al moment de servir, s'aboquen unes cullerades de la salsa de maduixes al damunt de la mousse, juntament amb algun tros de maduixa i unes fulles de menta.

Bon profit!

Font: <http://www.cuinaperllaminers.com/2009/03/mousse-de-maduixes.html>