



# MENÚ SENSE CARN NOVEMBRE 2020



## DILLUNS

2

Mongeta verda amb patata al vapor  
Mossec de soja amb tomàquet i ceba  
confitats **(SOJA)**  
Fruita de temporada

## DIMARTS

3

Llenties ECOLÒGIQUES guisades amb carabassa  
Suprema de lluç al vapor amb tomàquet i  
espàrrecs i olives verdes **(PEIX, TRACES DE  
DIOXID DE SOFRE)**  
logurt LLET NOSTRA **(LLET)**

## DIMECRES

4

Arròs blanc amb salsa de tomàquet i tonyina  
**(PEIX)**  
Truita d'espínacs amb enciam i olives negres  
**(OU)**  
Fruita de temporada

## DIJOUS

5

Crema de pastanaga i coliflor **(LLET, SOJA,  
SULFITS,)**  
Hamburguesa de verdures amb xampinyons  
**(GLUTEN, LLET, OU, API)**  
Fruita de temporada

## DIVENDRES

6

Espirals amb salsa de tomàquet **(GLUTEN)**  
Filet de gallineta amb tomàquet i panís **(PEIX)**  
Fruita de temporada

9

Minestra de verdures amb patata al  
vapor  
Hamburguesa de Kale i Quinoa amb  
pèsols **(GLUTEN, SOJA)**  
Fruita de temporada

10

Arròs a la cassola amb bolets i formatge  
**(SULFITS, LLET)**  
Filet de carboner amb salsa de tomàquet **(PEIX)**  
Fruita de temporada

11

Trinxat de col i patata  
Mossec de soja amb enciam, pastanaga i olives  
negres **(SOJA)**  
Fruita de temporada

12

Sopa de brou de vegetal amb llavor de meló  
**(GLUTEN)**  
Mandonguilles de soja amb patates forn  
**(GLUTEN)**  
Fruita de temporada

13

Mongeta blanca ECOLÒGICA guisada amb  
sèpia **(PEIX)**  
Truita a la francesa amb tomàquet, pastanaga i  
olives verdes **(OU)**  
logurt LLET LES OBAGUES **(LLET)**

16

Puré de patata amb bacallà gratinat  
**(LLET, SOJA, SULFITS, PEIX)**  
Mossec de soja amb enciam, espàrrecs  
i olives negres **(SOJA)**  
logurt LLET NOSTRA **(LLET)**

17

Crema de carabassa amb daus de pa torrat  
**(LLET, SOJA, SULFITS, GLUTEN)**  
Filet de salmó amb hortalisses al vapor **(PEIX)**  
Fruita de temporada

18

Espinacs saltats amb patata  
Hamburguesa de verdures amb salsa de  
xampinyons i pèsols **(GLUTEN, LLET, OU, API)**  
Fruita de temporada

19

Cigrons guisats amb verdures  
Llom de bacallà amb mongeta verda saltejada  
**(PEIX)**  
Fruita de temporada

20

Fideuà amb sèpia i rap **(GLUTEN, PEIX)**  
Truita de carabassó i patates amb enciam i  
olives negres **(OU)**  
Fruita de temporada

23

Arròs a la cassola amb verdures  
Filet d'abadejo amb salsa de tomàquet  
**(PEIX)**  
Fruita de temporada

24

Sopa de fumet de peix i verdures amb fideus  
torrats **(PEIX, GLUTEN)**  
Mossec de soja amb salsa de xampinyons **(SOJA  
, LLET)**  
logurt CASA SIBILLÓ **(LLET)**

25

Mongeta verda amb patata  
Hamburguesa de kale i quinoa amb xampinyons  
saltats **(GLUTEN, SOJA)**  
Fruita de temporada

26

Llenties ECOLÒGIQUES amb salmó **(PEIX)**  
Filet de gallineta amb enciam pebrot roig i  
olives negres **(PEIX)**  
Fruita de temporada

27

Espaguetis amb salsa de tomàquet **(GLUTEN)**  
Truita d'espínacs amb tomàquet, panís i olives  
verdes **(OU)**  
Fruita de temporada

30

Macarrons INTEGRALS ECO amb salsa  
DE TOMÀQUET **(GLUTEN)**  
Hamburguesa de verdures amb  
encia9m i olives negres **(GLUTEN, OU,  
LLET, API)**  
Fruita de temporada



Treballem amb productes de proximitat i proveïdors de confiança: verdures i fruites de **L'HORTA DE LLEIDA**, llegums i cereals **ECOLÒGICS**, hamburgueses **FRESKIBO**, carns **SARGAIRE**, **FONCARN** i **CARNISSERIA LENY**, iogurts **CASA SIBILLÓ**, **EL PASTORET**, **LLET NOSTRA** i **LES OBAGUES**, oli d'oliva verge extra **COOP. DE L'ALBAGÉS**

Segons el RD 126/2015 especificuem i destaquem els 14 al·lèrgens de declaració obligatòria en els menús. Els menús adaptats a al·lèrgies o intoleràncies poden contenir traces d'al·lèrgens i contaminacions creuades ja que no s'elaboren en instal·lacions independents.



Oficina: 973 197 365 - 609 183 845 Comandes cuina: 973 197 537



[mn\\_catering@hotmail.com](mailto:mn_catering@hotmail.com) - [celmirandaslu@gmail.com](mailto:celmirandaslu@gmail.com)



Santa Maria, 16 - 25660 Alcoletge

**MN Càtering**