



endermar  
menús sostenibles

CAMPUS

DILLUNS

3

Amanida russa (patata, mongeta verda, pastanaga, tonyina i maionesa)

Nuggets de pollastre amb amanida (enciam i tomàquet)

Fruita del temps

DIMARTS

4

Arròs amb tomàquet

Cigrons amb verdures

Fruita del temps

DIMECRES

5

Crema de carbassa amb crostons

Truita de pernil amb amanida (enciam, pastanaga i blat de moro)

Fruita del temps

DIJOUS

6

Espirals al pesto (oli, alfàbrega i formatge)

Marmikato de tonyina

Fruita del temps

DIVENDRES

7

Mongeta verda amb patates

Contraçuixa de pollastre a les fines herbes amb amanida (enciam i tomàquet)

Gelat / Làctic

10

Vichyssoise

Truita de formatge amb amanida (enciam, cogombre i tomàquet)

Fruita del temps

11

Bróquil amb patata

Mandonguilles de porc a la jardineria (pèsols i pastanaga)

Fruita del temps

12

Arròs amb tomàquet

Amanida de mongetes blanques (pebrot, cogombre, pastanaga, tomàquet, blat de moro)

Fruita del temps

13

Espinacs saltats amb panses

San Jacobo amb amanida (enciam, pastanaga i olives)

Fruita del temps

14

Llacets saltats amb formatge i xampinyons

Fogoner al forn amb amanida (enciam, tomàquet i blat de moro)

Gelat / Làctic

17

Mongeta verda amb patata

Varetes de lluç amb amanida (enciam, olives, blat de moro)

Fruita del temps

18

Llenties guisades amb verdures

Truita de pernil i formatge amb amanida (tomàquet, pastanaga i olives)

Fruita del temps

19

Amanida campera (patata, tonyina, ceba, pebrots)

Pernilets de pollastre al xilindrón (ceba, tomàquet)

Fruita del temps

20

Arròs amb verdures

Tilàpia amb allada i amanida (enciam, pastanaga i olives)

Fruita del temps

21

Macarrons al pomodoro

Estofat de porc amb verdures

Gelat / Làctic

24

Amanida alemanya (patata, Frankfurt, olives i maionesa)

Truita francesa amb amanida (enciam, pastanaga, cogombre)

Fruita del temps

25

Arròs amb salsa de tomàquet

Cigrons saltats amb verdures

Fruita del temps

26

Tricolor de verdures (patata, mongeta verda, pastanaga)

Botifarra de pagès amb amanida (enciam, blat de moro i olives)

Fruita del temps

27

Crema de verdures de temporada

Cuixa de pollastre rostint amb patates fregides

Fruita del temps

28

Pasta freda amb verdures saltades

Lluç "orly" amb tomàquet amanit

Gelat / Làctic

31

Amanida andalusa (patata, tonyina, olives, pebrots)

San Jacobo amb amanida (enciam, tomàquet i pastanaga)

Fruita del temps

BASAL  
JULIOL 2023

Menús elaborats per l'equip de nutrició i dietètica d'Endermar. Tenim a la seva disposició el llistat d'ingredients i al·lèrgens de cada plat.

Es cuinarà la dieta a part en cas de prescripció mèdica i/o creença religiosa.