

Benvinguts a Catalunya



Cuines del món

Una mica d'història...

La gastronomia catalana està immersa dins de la cuina Mediterrània, és a dir, basada en productes de la terra, adaptada a cada estació i a les tradicions culturals.

La nostra cultura gastronòmica ha estat influenciada per diverses civilitzacions del passat, que amb el seu pas per aquestes terres han deixat una marca en la cuina catalana.

A la cuina catalana hi trobem característiques dels ibers, els fenicis, grecs, romans, jueus i àrabs. Amb el pas del temps també s'hi han consolidat trets de la cuina francesa i italiana.

El descobriment d'Amèrica va aportar nous ingredients com la patata o el tomàquet, que més endavant va donar lloc al famós "Pa amb tomàquet".



Dites populars

A la taula i al llit al primer crit

A la taula d'en Bernat, qui no hi és, no hi és comptat

Arròs que fa el ventre gros

Ajuntar-se la fam i les ganes de menjar

No diguis cigró fins que sigui al sarró

Tinc gana!.. Menja't la cama!!

Els plats s'assemblen a les olles

Qui bada boca, es queda sense coca!!



Plats típics

Escudella

Esqueixada de bacallà

Arròs a banda

Cigrons amb bacallà

Botifarra amb fesols

Samfaina

Escalivada

Espinacs amb panses i pinyons

Pa amb tomàquet

Allioli

Coca de recapte

Bunyols

Crema catalana

Postres de músic



Menú:

ESCOLAR

OCTUBRE

ESCOLA SANTA ANNA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Dia 1 Llenties amb arròs Cap de llom a la planxa amb amanida Fruita
Dia 4 Cigrons saltats amb bacó Filet de panga arrebossat Enciam i tomàquet Fruita	Dia 5 Sopa de pasta Pollastre al forn amb samfaina iogurt	Dia 6 Crema de verdures Mandonguilles amb ceba i tomàquet Fruita	Dia 7 Fideus a la cassola Truita de xampinyons enciam i moresc iogurt	Dia 8 Arròs amb verdures Pastís de carn Préssec en almívar
Dia 11 FESTA	Dia 12 FESTA	Dia 13 Paella Hamburguesa de vedella Enciam i pastanaga Fruita	Dia 14 Patata guisades Pollastre a la planxa Enciam i olives Flam de vainilla	Dia 15 Minestra de verdures Pizza casolana de perinl dolç i formatge Fruita
Dia 18 Arròs 3 delícies Varetes de lluç amb Enciam i moresc Fruita	Dia 19 Crema de verdures Truita de patata Enciam i tomàquet Avellanes torrades	Dia 20 Sopa de lletres Estofat de vedella amb xampinyons Fruita	Dia 21 Llenties estofades amb patata Cap de llom a la planxa amb tomàquet al forn iogurt	Dia 22 Espaguetis amb carn i tomàquet i formatge ratllat Pollastre al forn amb panses i prunes Fruita
Dia 25 Sopa de pasta Filet de peix arrebossat amb amanida Fruita	Dia 26 Arròs amb tomàquet Fricandó de vedella amb xampinyons Natilles de vainilla	Dia 27 Patata amb verdura Mandonguilles mixtes amb patata, ceba i pastanaga Fruita	Dia 28 Tallarines amb tomàquet, pernil i formatge ratllat Rap amb salsa marinera Fruita	Dia 29 <i>Menú "Cuines del món"</i> Escudella catalana Llonganissa amb samfaina (opcional: all i oli) Crema catalana i refrescos

Nota:

Menús revisats per la Dietista Cristina Ferré Saludes. Núm. CAT 00647 Associació Catalana de Dietistes-Nutricionistes (ACDN)

* Grup Cuina Gestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

** Totes les verdures i fruites són de procedència ecològica, així com els plats marcats en negreta



Cuina Gestió, s.l. Ignasi Iglesias, 89 · Polígon Agro-Reus · 43206 Reus · Tel. 977 310 371 · Fax 977 321 532 · cuinagestio@cuinagestio.com · www.grupcuinagestio.com



Col·labora amb **CuinaGestió** en l'alimentació dels seus fills.



Menú:

S/PORC

OCTUBRE

ESCOLA SANTA ANNA

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
				Dia 1 Llenties amb arròs Peix a la planxa amb amanida Fruita
Dia 4 Cigrons saltats s/bacó Filet de panga arrebossat Enciam i tomàquet Fruita	Dia 5 Sopa de pasta (brou vegetal) Pollastre al forn amb samfaina iogurt	Dia 6 Crema de verdures Mandonguilles de vedella amb ceba i tomàquet Fruita	Dia 7 Pasta amb tomàquet Truita de xampinyons enciam i moresc iogurt	Dia 8 Arròs amb verdures Peix al forn amb guarnició Préssec en almívar
Dia 11 FESTA	Dia 12 FESTA	Dia 13 Paella Hamburguesa de vedella Enciam i pastanaga Fruita	Dia 14 Patata guisades Pollastre a la planxa Enciam i olives Flam de vainilla	Dia 15 Minestra de verdures Pizza casolana de tonyina i formatge Fruita
Dia 18 Arròs 3 delícies s/n pernil Varetes de lluç amb Enciam i moresc Fruita	Dia 19 Crema de verdures Truita de patata Enciam i tomàquet Avellanes torrades	Dia 20 Sopa de lletres Estofat de vedella amb xampinyons Fruita	Dia 21 Llenties estofades amb patata Peix a la planxa amb tomàquet al forn iogurt	Dia 22 Espaguetis amb tomàquet i formatge ratllat Pollastre al forn amb panses i prunes Fruita
Dia 25 Sopa de pasta Filet de peix arrebossat amb amanida Fruita	Dia 26 Arròs amb tomàquet Fricandó de vedella amb xampinyons Natilles de vainilla	Dia 27 Patata amb verdura Mandonguilles de vedella amb patata, ceba i pastanaga Fruita	Dia 28 Tallarines amb tomàquet, i formatge ratllat Rap amb salsa marinera Fruita	Dia 29 <i>Menú "Cuines del món"</i> Escudella vegetal Llonganissa de pollastre amb samfaina (opcional: all i oli) Crema catalana i refrescos

Nota:

Menús revisats per la Dietista Cristina Ferré Saludes. Núm. CAT 00647 Associació Catalana de Dietistes-Nutricionistes (ACDN)

* Grup Cuina Gestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

** Totes les verdures i fruites són de procedència ecològica, així com els plats marcats en negreta



Cuina Gestió, s.l. Ignasi Iglesias, 89 · Polígon Agro-Reus · 43206 Reus · Tel. 977 310 371 · Fax 977 321 532 · cuinagestio@cuinagestio.com · www.grupcuinagestio.com



Col·labora amb **CuinaGestió** en l'alimentació dels seus fills.

