SES MADUIXETES
CATERING > EVENTOS

Menú General — octubre de 2026

El menú s'acompanya de pa integral i aigua. La cuina utilitza oli d'oliva per cuinar i oli d'oliva verge extra per trempar.
Fruites del mes d'octubre: caqui, xirimoia, frambuesa, magrana, kiwi, mandarina, mango, poma, pera, plàtan, raïm.
Hortalisses de cultiu anual a Espanya: all, albergínia, carabassí, ceba, lletugues, cogombre, pebre, porro, rave, tomàtiga i pastanaga.
Altres hortalisses del mes d'octubre: bleda, bròquil, carabassa, col lombarda, col repollo, coliflor, endivia, escarola, espinac, mongeta tendra, nap, remolatxa.
El iogurt que s'ofereix sempre és natural sense sucre. Si el centre declina l'oferta de iogurt sense sucre, s'oferirà els 5 dies fruita com a darreria.

			1 Sopa de brou d'au amb Fideví integral (1,3,6,10) Pollastre a la planxa Ensalada amb Olives (iceberg, romana, tomàtiga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i llenties / Fruita	2 Cuinat de Ciurons amb Vedures Palometa amb Salsa de Marisc (2,4,14) Pèsols i Patata panadera Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ensalada variada i pizza / Fruita
5 Ensalada amb Olives (iceberg, romana, tomàtiga) i Truita (3) Cuinat de Llenties amb Verdures i Arròs (1) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Lluç al forn amb patates i verdures / Fruita	6 Crema de Verdures Indiot amb Salsa al Pebre (7) Patates rostides Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita	7 Arròs de Peix (2,4,14) Pollastre al forn amb Llimona i Romaní Ensalada amb Nous (iceberg, roure, pastanaga) (8) Iogurt natural (7) Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb verdures / Fruita	8 Macarrons integrals a la Pizzaiola (1,3,6,10) Lluç al forn amb picada (all, julivert, llimona) (4) Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ous romputs amb patates i pebres / Fruita	9 Crema de Carabassa Hamburguesa de Carn de Pollastre i Vedella (1,6,10) Patata panadera Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ensalada variada i quesadillas / Fruita
12 Festiu	13 Arròs amb Salsa Pomodoro Gallineta al forn amb Salsa Verda (maicena, brou, julivert) (4) Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga) Iogurt natural (7) Suggeriment de sopar: Sopa i truita de carabassí / Fruita	14 Cuinat de Ciurons amb Verdures Indiot a la planxa amb Orenga Ensalada amb Olives (iceberg, romana, tomàtiga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Salmó a la planxa amb patata i verdures / Fruita	15 Crema de Pastanaga amb Crostons (1,6,11) Truita de Patata i Carabassí (3) Ensalada amb Formatge tendre (romana, tomàtiga, olives) (7) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Cuscús saltat amb verdures i hamburguesa / Fruita	16 Ensalada amb Olives i Tonyina (iceberg, romana, tomàtiga) (4) Espirals integrals a la Bolonyesa Vegetal (1,3,6,10) (ceba, pastanaga, pebre vermell, tomàtiga, soja texturitzada) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Pa amb oli / Fruita
19 Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, tomàtiga, pastanaga) i Croquetes (1,2,4,5,10,11,12) Cuinat de Llenties amb Verdures i Arròs (1) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Pastis de verdures amb salsa i patata / Fruita	20 Sopa de brou d'au amb Fideví integral (1,3,6,10) Lluç al forn (4) a la Mallorquina (julivert, bledes, ceba tendre, tomàtiga, patata) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i pollastre amb arròs / Fruita	21 Crema de Verdures Pilotes de Carn de Pollastre i Vedella (1,6,12) Patates i Verdures (ceba, pastanaga, pebre vermell, tomàtiga) Iogurt natural (7) Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata i ceba / Fruita	22 Arròs sec paella de Pollastre i Verdures Salmó al forn amb Anet (4) Ensalada amb Nous (iceberg, roure, pastanaga) (8) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Cuscús amb verdures i ciurons / Fruita	23 Crema d'Espinacs i Pastanaga Truita de Patata i Ceba (3) Ensalada amb Olives (iceberg, romana, tomàtiga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Coca de verdures amb bacallà / Fruita
26 Espaguetis integrals a la Carbonara (1,3,6,7,10) Lluç amb picada (all, julivert, llimona) (4) Ensalada amb Blat de les Índies (iceberg, mesclum, tomàtiga, pastanaga) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Arròs tipus 3 delicies / Fruita	27 Crema de Carabassí Escaldums d'Indiot (1,8) Verdures (farina, ceba, tomàtiga, fruita seca, aromàtics) i Patata Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Sopa i llenguado arrebossat amb ensalada / Fruita	28 Arròs Brut Truita de Patata (3) Ensalada amb Tonyina (iceberg, romana, ceba morada, tomàtiga) (4) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Espirals de llegum amb verdures / Fruita	29 Crema de Coliflor i Carabassa Rostit humit de Llom Ceba, Bastonets de Pastanaga i Patata Iogurt natural (7) Suggeriment de sopar: Ensalada i salmó amb arròs / Fruita	30 Ensalada amb Rotllet de Pernil i Formatge (iceberg, romana, tomàtiga, olives) (6,7) Cuinat de Ciurons amb Verdures i Fideus gruixats (1,3,6,10) Fruita de temporada Suggeriment de sopar: Sandwich croque-monsieur / Fruita

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauets 6: Soia 7: Llet 8: Fruita Seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscos

María Colomer Valiente. Dietista-nutricionista Col. IB00005