

MENÚ BASAL

1 DIMECRES

FESTIU

2 DIJOUS

- Baked beans
- Fish and chips
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Wok de fideus saltejats amb verdures i ou.
- Fruita de temporada/ logurt

3 DIVENDRES

- Espirals amb tomàquet i formatge
- Pollastre a la planxa amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Burger de fesols negres amb amanida
- logurt natural

6 DILLUNS

- Llenties estofades amb patata, pastanaga, ceba i tomàquet triturat
- Truita de verdures de temporada amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Amanida de tomàquet i alvocat
- Sèpia a la planxa amb espàrrecs verds i llesques de pa
- Fruita de temporada

7 DIMARTS

- Arròs amb verdures
- Filet de lluç menier (suc de llimona, mantega vegetal i sal) amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Escalivada
- Empedrat de mongetes blanques
- Fruita de temporada

8 DIMECRES

- Bròquil amb patata
- Botifarra a la planxa amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Amanida (enciam, tomàquet, moresc, maduixes i formatge)
- Llobarro al forn
- Fruita de temporada

9 DIJOUS

- Crema tèbia de porros
- Gall dindi estofat amb verdures
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Arròs amb samfaina de verdures
- Remenat d'ou amb gambetes i alls tendres
- Fruita de temporada

10 DIVENDRES

- Tallarines amb pesto
- Nuggets de pollastre amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Panini cassolà amb tonyina i guarnició d'amanida
- Fruita de temporada

13 DILLUNS

- Cigrons amb patata i oli d'oliva
- Bacallà al forn amb samfaina
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Amanida de pasta
- Calamar a la planxa amb bastons de pastanaga
- logurt

14 DIMARTS

- Mongeta tendra, patata i pastanaga
- Vedella al forn amb xampinyons i patates palla
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Crema de pastanaga
- Ous a la planxa amb llesques de pa
- Fruita de temporada

15 DIMECRES

- Fideuà de marisc
- Pit de pollastre a la planxa amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Panini cassolà de 4 formatges
- Salmó al forn amb espàrrecs verds
- Fruita de temporada

16 DIJOUS

- Arròs 3 delícies
- Barretes de lluç amb amanida
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Quinoa amb conill i verdures
- Fruita de temporada

17 DIVENDRES

- Gaspatxo
- Truita de patates i ceba amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Coliflor gratinada
- Falafels de cigrons amb amanida
- Fruita de temporada

20 DILLUNS

- Trinxat de col i patates amb bacó
- Finguers de pollastre elaborat pels nostres cuiners amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Arròs caldos de rap amb verdures
- Fruita de temporada

21 DIMARTS

- Macarrons amb tomàquet i formatge
- Peix al forn amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Amanida verda
- Crepes amb enciam, gall dindi, tomàquet i formatge.
- Fruita de temporada

22 DIMECRES

- Llenties amb arròs
- Truita de carbassó amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Espinacs saltejats amb panses i pinyons
- Llenguado amb salsa verda i guarnició de pèsols
- logurt natural

23 DIJOUS

- Crema de verdures de temporada amb quinoa
- Pintxos de gall dindi amb patates
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Mongetes blanques saltejats amb xampinyons, ceba i julivert
- Fruita de temporada

24 DIVENDRES

- Arròs (integral) amb tomàquet
- Salsitxes de porc a la planxa amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Amanida (enciam, tomàquet cherry, poma i nous)
- Truita de formatge acompanyada de pa
- Fruita de temporada

27 DILLUNS

- Espinacs amb patata
- Gall dindi estofat amb xampinyons
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Macarrons amb salsa suau de formatge
- Sardines amb albergínia i carbassó
- Fruita de temporada

28 DIMARTS

- Amanida de pasta
- Ous dur amb tomàquet al forn i amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Gaspatxo de maduixes
- Quinoa saltejada amb xampinyons i pollastre
- Fruita de temporada

29 DIMECRES

- Arròs milanesa
- Filet de lluç al forn amb all i julivert i amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Amanida freda de llenties (amb enciam, pebrot, tomàquet, ceba...)
- Fruita de temporada

30 DIJOUS

- Pèsols i patates saltejats amb all
- Pollastre al forn amb amanida
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Minestra de verdura al vapor
- Remenat d'ou amb carbassó i tomàquet i llesques de pa
- logurt natural

31 DIVENDRES

- Meló amb pernil
- Mandonguilles a la jardinera
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Arròs amb verdures saltejades
- Orada al forn amb pastanaga
- Fruita de temporada