

MARÇ 2020



MENÚ BASAL



2 DIJUNS

- Cigrons estofats
- Truita de verdures amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Arròs saltejar amb pernil i espàrrecs
- Pollastre a la planxa i amanida
- logurt natural

9 DIJUNS

- Macarrons a la bolonyesa
- Filet de lluç meunière
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Wrap casolà amb enciam, tomàquet, llom i olives amb amanida
- Fruita de temporada

16 DIJUNS

- Llenties estofades
- Truita de patata i amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Minestra de verdures
- Gall dindi amb saltejat de xampinyons
- logurt natural

23 DIJUNS

- Mongeta tendra amb patata
- Hamburguesa amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Arròs caldós de pastanaga
- Truita de xampinyons i amanida
- Fruita de temporada

30 DIJUNS

- Llenties estofades
- Truita d'espínacs amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Verdures a la graella
- Peix blau al forn
- Fruita de temporada

3 DIMARTS

- Espirals a la carbonara
- Filet de lluç al forn amb samfaina i amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Carbassó farcit de verdures i gall dindi gratinat amb amanida
- Fruita de temporada

10 DIMARTS

- Mongeta seca estofada
- Truita a la francesa amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Crema de carbassó
- Peix blanc a la provençal amb albergínia
- logurt amb fruita

17 DIMARTS

- Crema de verdures de temporada
- Canelons de carn
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Sopa minestrone
- Peix blau amb juliana de verdures
- Fruita de temporada

24 DIMARTS

- Fideuà de marisc
- Pollastre amb allada i amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Crema de carbassa amb rostes de pa
- Peix blanc amb tomàquet
- logurt

31 DIMARTS

- Farfalle amb tomàquet i formatge
- Bacallà al forn i samfaina
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Amanida de remolatxa i ou dur
- Pollastre a la planxa
- Fruita de temporada

4 DIMECRES

- Crema de porro
- Rodó de vedella al forn amb xampinyons
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Sopa de brou amb pasta
- Truita de carbassó amb amanida
- Poma al forn

11 DIMECRES

- Arròs amb verdures
- Mandonguilles a la jardinera
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Cigrons saltejats amb pernil dolç
- Truita de verdures i amanida
- Fruita de temporada

18 DIMECRES

- Tallarines funji
- Pollastre amb salsa de llimona i amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Patates a l'allet
- Peix blanc amb salsa blanca i pastanaga
- Fruita de temporada

25 DIMECRES

- Cigrons estofats
- Truita de carbassó amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Pizza casolana amb pernil dolç i formatge amb amanida
- Fruita de temporada

5 DIJOUS

- Arròs amb tomàquet
- Nuggets de pollastre amb amanida
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Pèsols ofegats
- Peix blanc a l'allet amb tomàquet amanit
- Fruita de temporada

12 DIJOUS

- Bròquil amb patata
- Llom al forn a l'ametlla amb patates
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Patates baby amb maionesa d'alfàbrega
- Pollastre a la napolitana
- Fruita de temporada

19 DIJOUS

- Paella valenciana
- Filet de lluç al forn amb amanida
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Crema de llenties i verdures
- Ous farcits amb tonyina i amanida
- Fruita de temporada

26 DIJOUS

- Arròs tres delícies
- Croquetes de bacallà amb amanida
- logurt natural

PROPOSTA DE SOPAR

- Verdura bullida amb patata
- Llom a la planxa i amanida
- Fruita de temporada

6 DIVENDRES

- Brou d'au amb pasta
- Botifarra a la planxa amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Bledes amb patata
- Peix blau amb humus i bastonets de verdures
- Macedònia

13 DIVENDRES

- Sopa de peix
- Pollastre al forn amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Arròs pilaf
- Peix blau amb llit de verdures
- Fruita de temporada

20 DIVENDRES

- Brou d'au amb pasta
- Finger de gall dindi amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Arròs amb tomàquet
- Botifarra a la planxa amb amanida
- logurt amb maduixa

27 DIVENDRES

- Sopa amb pasta
- Gall dindi estofat amb amanida
- Fruita de temporada

PROPOSTA DE SOPAR

- Amanida completa
- Crestes de tonyina amb carbassó
- Fruita de temporada